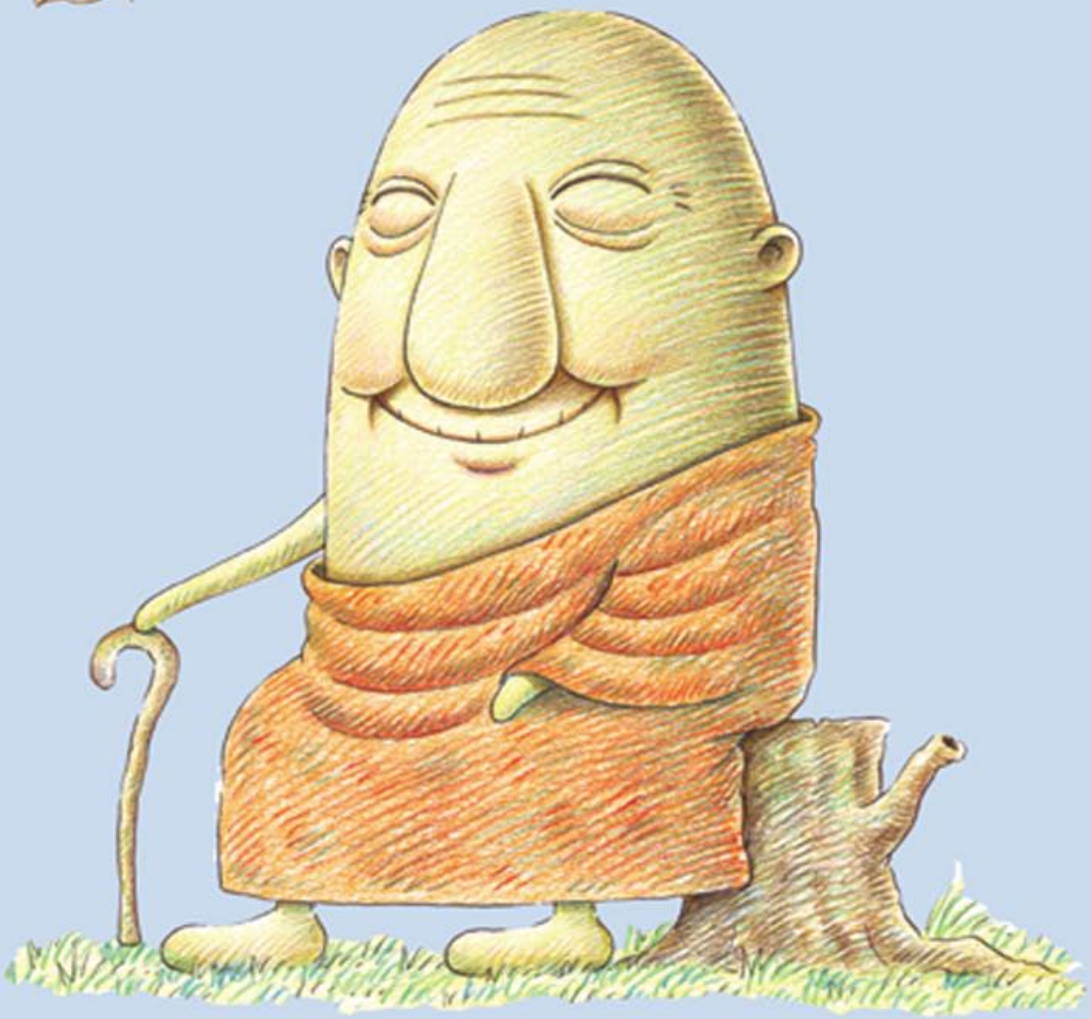


ฉลาดล้ำด้วยธรรมะ

พูดดี

สไตล์หลวงตาปัญญาดี





ฉลอง ๑๐๐ ปี ชาตกาล ปัญญานันทภิกขุ พ.ศ. ๒๕๕๔

พูดดี

ฉลาดล้ำด้วยธรรมะ

สไตล์

หลวงตาปัญญาดี



ฉลอง ๑๐๐ ปี ชาตกาล ปัญญานันทภิกขุ



คำนำ

หนังสือ “**พูดดี**” เล่มนี้ ธรรมสภา สถาบันบันลือธรรม และศิษยานุศิษย์ ได้จัดทำในวาระฉลอง ๑๐๐ ปี ชาตกาล พระพรหมมังคลาจารย์ หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ ในปีพุทธศักราช ๒๕๕๔

เป็นระยะเวลานานหลายปีที่หลวงพ่อปัญญานันทะได้ดับขันธ์ตั้งแต่วันที่ ๑๐ ตุลาคม ๒๕๕๐ ยังความระลึกถึงแก่ศิษยานุศิษย์เป็นอย่างมาก ความระลึกถึงเช่นนี้ หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุได้บอกแก่บรรดาศิษยานุศิษย์ว่า “**ไม่มีอะไรดีไปกว่าการปฏิบัติธรรม**” ตามที่หลวงพ่อสั่งสอนไว้ และให้เผยแพร่ธรรมะคำสอนของหลวงพ่อ อันเป็นการสืบทอดธรรมะในตัวของหลวงพ่อให้คงอยู่ไปไม่มีวันตาย

ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม ได้สืบทอดธรรมะและเผยแพร่คำสอนของหลวงพ่อปัญญานันทะอยู่เสมอแก่เหล่าพุทธบริษัททั้งหลาย ตามปณิธานของหลวงพ่อปัญญานันทะที่ได้สั่งสอนไว้แก่ศิษยานุศิษย์ อาทิเช่น การต่อต้านอบายมุข การปฏิรูปประเพณี การปฏิวัติเลิกเชื่อสิ่งงมงายไร้สาระ และการปฏิบัติตนให้เป็นคนดี ตามแนวทาง ๕ ดี สู่ความเป็นมนุษย์ ได้แก่.....

๑. คิดดี ๒. พูดดี ๓. ทำดี ๔. คบคนดี ๕. ไปสู่สถานที่ดี

หลักธรรมของหลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ ที่ถ่ายทอดจากคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีอยู่มากมาย อาทิเช่น

หลักการของชาวพุทธ ในเรื่อง...หลักการนับถือพระรัตนตรัยอย่างมั่นคง ไม่ง่อนแง่นคลอนแคลนไปในทางสิ่งงมงายไร้สาระ

หลักการทำงาน โดยมีอุดมการณ์ว่า งานคือชีวิต ชีวิตคืองาน บันดาลสุข ทำงานให้สนุก เป็นสุขเมื่อทำงาน

หลักการพัฒนาตน มีหลักการว่า ตื่นตัว ว่องไว ก้าวหน้าทำงานแข่งกับเวลา เพื่อพัฒนาสังคม

หลักการดำเนินชีวิต มีหลักการว่า อยู่กันด้วยความรัก อย่าเหลวไหล ห่างไกลอบายมุข เดินให้ถูกทาง...ยิ่งให้ ยิ่งได้ ฯลฯ

อานิสงส์จากการจัดพิมพ์หนังสือ **“พูดดี”** เล่มนี้ ธรรมสภาสถาบันบันลือธรรม และเหล่าศิษยานุศิษย์ ถวายแด่ พระพรหมมังคลาจารย์ หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ พระผู้เป็นแสงสว่างของชาวพุทธทั้งหลายตลอดกาลนานเทอญ.

ด้วยความสุจริต หวังดี

ธรรมสภาปรารถนาให้โลกพบกับความสงบสุข



สารบาญ

ธรรมะข้อที่ ๑.	เดินให้ปลอดภัยในชีวิต	๑
ธรรมะข้อที่ ๒.	มองตัวเอง	๒
ธรรมะข้อที่ ๓.	ใช้เหตุผล	๓
ธรรมะข้อที่ ๔.	ความจงรักภักดีต่อบรมครู	๔
ธรรมะข้อที่ ๕.	ศาสนาเป็นหลักครองใจ	๕
ธรรมะข้อที่ ๖.	คนมีสติ	๖
ธรรมะข้อที่ ๗.	จิตใจที่ขาดการควบคุม	๗
ธรรมะข้อที่ ๘.	หน้าที่	๘
ธรรมะข้อที่ ๙.	คำพูดงาม	๙
ธรรมะข้อที่ ๑๐.	สิ่งที่เรียกว่าความทุกข์	๑๐
ธรรมะข้อที่ ๑๑.	ดับทุกข์ได้ด้วยตนเอง	๑๑
ธรรมะข้อที่ ๑๒.	หลงมายา	๑๒
ธรรมะข้อที่ ๑๓.	อารมณ์ที่จรมา	๑๓
ธรรมะข้อที่ ๑๔.	เวลาเป็นของมีค่าสำหรับชีวิต	๑๔
ธรรมะข้อที่ ๑๕.	ลำดับแห่งปัญญา	๑๕
ธรรมะข้อที่ ๑๖.	ราคาของคนอยู่ที่คุณธรรม	๑๗
ธรรมะข้อที่ ๑๗.	ใจอ่อน ใจแข็ง	๑๘
ธรรมะข้อที่ ๑๘.	ทำจิตให้ว่าง	๑๙

ธรรมะข้อที่ ๑๙. ประมาทลงเหว ๒๐
ธรรมะข้อที่ ๒๐. ชีวิตเดินทาง ๒๑
ธรรมะข้อที่ ๒๑. พักกายพักใจ ๒๒
ธรรมะข้อที่ ๒๒. วิดออกเสียบ้าง ๒๓
ธรรมะข้อที่ ๒๓. จิตที่เป็นพุทธะ ๒๔
ธรรมะข้อที่ ๒๔. เครื่องห้ามเครื่องกั้น ๒๕
ธรรมะข้อที่ ๒๕. สงครามแห่งจิตใจ ๒๖
ธรรมะข้อที่ ๒๖. อิทธิพลของความคิด ๒๗
ธรรมะข้อที่ ๒๗. กายกับใจ ๒๘
ธรรมะข้อที่ ๒๘. ทุกอย่างมาจากเหตุ ๒๙
ธรรมะข้อที่ ๒๙. อำนาจอวิชชา ๓๐
ธรรมะข้อที่ ๓๐. จุดหมายชีวิต ๓๑
ธรรมะข้อที่ ๓๑. สร้างภพ สร้างชาติ ๓๓
ธรรมะข้อที่ ๓๒. ยินดี ยินร้าย ๓๔
ธรรมะข้อที่ ๓๓. มองทิศที่เป็นสุข ๓๕
ธรรมะข้อที่ ๓๔. เปิดเผย ๓๖
ธรรมะข้อที่ ๓๕. งานสร้างชีวิต ๓๗
ธรรมะข้อที่ ๓๖. ชีวิตกับงาน ๓๘
ธรรมะข้อที่ ๓๗. ธรรมะคือหน้าที่ ๓๙
ธรรมะข้อที่ ๓๘. ฐานของชีวิต ๔๐
ธรรมะข้อที่ ๓๙. เกิดมาเพื่อหน้าที่ ๔๑
ธรรมะข้อที่ ๔๐. เพื่อความสำเร็จของงาน ๔๒
ธรรมะข้อที่ ๔๑. เมื่อไม่ตั้งต้น ก็ไม่ถึงจุดหมาย ๔๓

ธรรมะข้อที่ ๔๒. คุณธรรมสำหรับนักสู้ ๔๔
ธรรมะข้อที่ ๔๓. ฝนทั่งให้เป็นเข็ม ๔๕
ธรรมะข้อที่ ๔๔. ทำงานทุกชนิดด้วยจิตว่าง ๔๖
ธรรมะข้อที่ ๔๕. สันโดษ ๔๗
ธรรมะข้อที่ ๔๖. ร่ำรวยเพราะอดออม ๔๘
ธรรมะข้อที่ ๔๗. สุขด้วยความมีทรัพย์ ๔๙
ธรรมะข้อที่ ๔๘. สมบัติภายใน ๕๐
ธรรมะข้อที่ ๔๙. ต้องทำหน้าที่ให้เรียบร้อย ๕๑
ธรรมะข้อที่ ๕๐. ทำตนให้มีค่า ๕๒
ธรรมะข้อที่ ๕๑. อยู่กับความดี ๕๓
ธรรมะข้อที่ ๕๒. รุดหน้าไป อย่าถอยหลัง ๕๔
ธรรมะข้อที่ ๕๓. ทำงานเพื่องาน ๕๕
ธรรมะข้อที่ ๕๔. คนปากเหม็น คนปากหอม ๕๖
ธรรมะข้อที่ ๕๕. วาจานำทุกข์มาให้มากกว่ากายและใจ ๕๗
ธรรมะข้อที่ ๕๖. พึงระมัดระวังในการเปล่งวาจา ๕๘
ธรรมะข้อที่ ๕๗. กล่าววาจาให้เหมาะกับสถานการณ์ ๕๙
ธรรมะข้อที่ ๕๘. ใจร้อน คำพูดก็ร้อน ใจเย็น คำพูดก็เย็น ๖๐
ธรรมะข้อที่ ๕๙. กล่าวแต่ถ้อยคำอ่อนหวาน นิ่มนวล ๖๑
ธรรมะข้อที่ ๖๐. ความสัมพันธ์ของปากกับใจ ๖๒
ธรรมะข้อที่ ๖๑. วาจาสุภาษิต ๖๓
ธรรมะข้อที่ ๖๒. จงสนใจในการฟังให้มากๆ ๖๔
ธรรมะข้อที่ ๖๓. คำเตือนที่มีค่าสำหรับทุกชีวิต ๖๕
ธรรมะข้อที่ ๖๔. มองหาความดีของผู้อื่น ๖๖

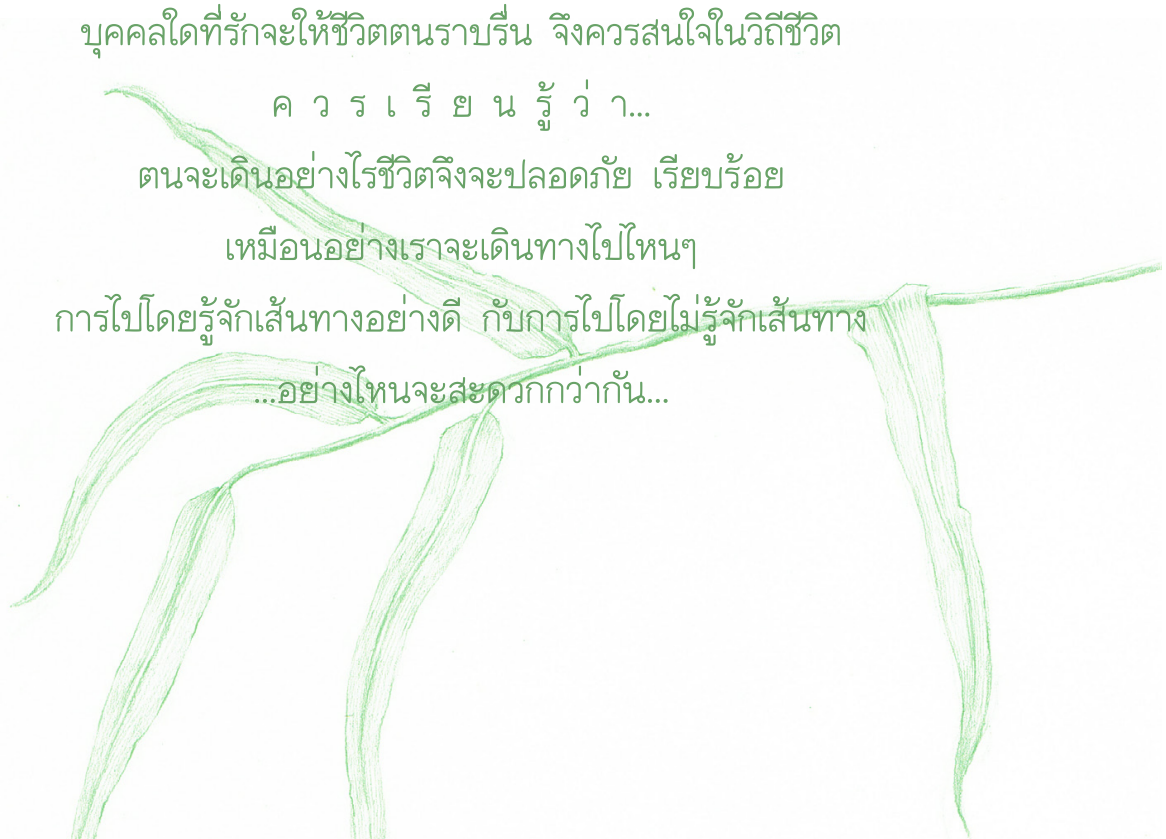






๑. เดินให้ปลอดภัยในชีวิต

เมื่อใด...แกงจืดไม่เป็นรสนั่นแหละ
เขาจึงรู้ว่าเกลือมีประโยชน์แก่เขา
ในชีวิตประจำวันของเราทั้งหลายก็เป็นเช่นเดียวกัน
ตามปกติเราทุกคนมีความเป็นอยู่อย่างสะดวกสบายนั้น
เพราะเรามีการเดินถูกธรรมะอยู่แล้ว ถ้าผิดธรรมะก็ต้องเดือดร้อน
แต่เพราะการขาดการศึกษา จึงไม่เข้าใจ
บุคคลใดที่รักจะให้ชีวิตตนราบรื่น จึงควรสนใจในวิถีชีวิต
ค ว ร เ รี ย น รู้ ว่ า...
ตนจะเดินอย่างไรชีวิตจึงจะปลอดภัย เรียบร้อย
เหมือนอย่างเราจะเดินทางไปไหนๆ
การไปโดยรู้จักเส้นทางอย่างดี กับการไปโดยไม่รู้จักเส้นทาง
...อย่างไหนจะสะดวกกว่ากัน...





๒. มองตัวเอง

มองดูตัวเองให้ดีว่ามันมีขาดบ้างไหม ?
คือขาดธรรมะไปบ้างไหม ?
ฉุนเฉียวบ้างไหม ? หงุดหงิดบ้างไหม ?
โกรธใครจนลืมตัวแล้วแสดงอะไรๆ ออก
ในทางที่ไม่เหมาะไม่ควรบ้างไหม ?
ถ้าเราแสดงอาการอย่างนั้นออกไป
ก็แสดงว่า...ขณะนั้นธรรมะไม่มีอยู่ในใจเรา
เมื่อธรรมะไม่มีอยู่ในใจของเรา
อะไรมากระทบมันก็เกิดระเบิดขึ้นทันที
...ผู้มีธรรมะประจำใจ...
ถือหลักว่า คนอื่นเขาจะทำชั่ว เราไม่ทำชั่ว
คนอื่นเขาจะทำอะไรไม่เป็นธรรม เราจะไม่เอาอย่าง
เราจะไม่ใช้ แต่จะใช้ของดีตอบโต้กับของชั่ว





๓. ใช้เหตุผล

คนเราถ้าได้ใช้ธรรมะ
เช่นหลักอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี้
เอาไปคิดนึกบ่อยๆ ใจมันก็สบาย ปัญหามันก็น้อยลงไป
เวลาเกิดอะไรก็พอปลงตกได้ว่า มันไม่เที่ยง
เวลาเป็นทุกข์ก็นึกว่า ความทุกข์นี่มันเป็นเรื่องของโลก
เราอยู่ในโลกมันก็ต้องพบกับความทุกข์ลงไปนิดหน่อยเท่านั้นเอง
คนเรามีความเศร้าโศกเสียใจอะไรต่างๆ นี่
ถ้าได้หันเข้าหาธรรมะ ได้ศึกษาธรรมะแล้ว ความเบาใจก็จะเกิดขึ้น
เพราะมองเห็นความจริงว่า อะไรมันเป็นอะไรตามความเป็นจริง
ถ้าเรามีธรรมะคุ้มครองอยู่สม่ำเสมอ
อะไรมากระทบเข้า เราก็รับได้อย่างใจเย็น ใจสงบ
ค่อยพูดค่อยจา เราไม่ต้องใช้อารมณ์
แต่ว่าเราใช้เหตุผลมาพูดจากัน



๔. ความจงรักภักดีต่อบรมครู

ในการปฏิบัติธรรมนั้น ประการแรกที่สุดก็คือ
จงมอบกายถวายชีวิตต่อพระบรมครูของเรา
ยินดีอยู่ในคำสั่งสอน ในคำเตือนทุกอย่าง
ยอมใจของท่านให้อยู่ภายใต้การนำของพระองค์
วามจงรักภักดีก็จะเกิดขึ้น
คนที่รักพระองค์แล้ว ก็ย่อมไม่ฝ่าฝืนคำสอน
ถ้าฝ่าฝืนก็หมายความว่าไม่จงรักภักดีต่อพระองค์
แต่กลับไปรับความชั่วมาตามใจตัวเอง
การตามใจตัวเองย่อมก่อให้เกิดความทุกข์เสมอ
เมื่อยอมตนอยู่ในคำสอนของพระองค์แล้ว
ขั้นต่อไป...ก็จงเสียสละสิ่งที่ตนได้นั้นเพื่อผู้อื่นบ้าง
อย่าเป็นคนเห็นแก่ตัว...อย่าแสวงสุขเฉพาะตนเพียงคนเดียว



๕. ศาสนาเป็นหลักครองใจ

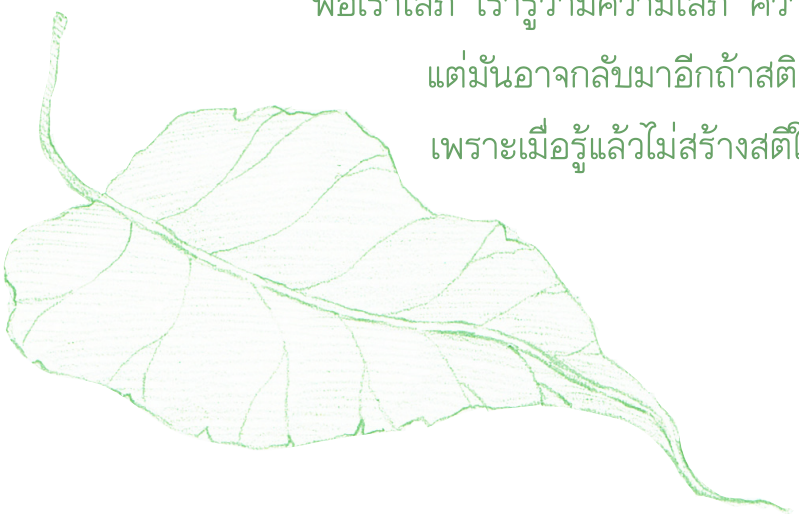
ทุกคนต้องมีศาสนาเป็นประทีปนำทางเสมอ
เราชาวโลกจะอยู่ได้โดยปราศจากศาสนาไม่ได้เลย
ทุกคนจึงควรมีหลักศาสนาเป็นหลักครองใจ
โดยการหันเข้าศึกษาศาสนาของคนที่ตนรับไว้
ให้รู้ว่า...ตนพึงปฏิบัติอย่างไร? และจงรักษาตัวไว้ด้วยการปฏิบัติ
ประกาศให้คนที่ไม่รู้ได้เกิดความรู้ ความเข้าใจ
ก็จะเป็นการทำตนถูกต้องโดยเหตุผล
เป็นคนไม่เปล่าจากศาสนา มีความเชื่อแน่ว่า . . .
ตนจะปลอดภัยในโลกนี้และโลกอื่น
ทำความก้าวหน้าให้แก่ตนได้เป็นอย่างดีทุกประการ
ปัญหาที่ถามว่า..."ไม่มีไม้ได้หรือ?"
จึงเป็นอันกล่าวสรุปได้ว่า ไม่มี...ไม่ได้
ทุกคนต้องมีศาสนาเป็นประทีปนำทางของตนเสมอ





๖. คนมีสติ

คนที่มีสติคอยกำหนดรู้ในการกระทำของตัว
การเคลื่อนไหวมีจังหวะจะโคน
เป็นไปด้วยความเรียบร้อย เป็นผู้ดีทุกกระเบียดนิ้ว
ความเป็นผู้ดีนั้นมันอยู่ตรงนี้ ไม่ใช่อยู่ที่เกิดในสกุลนั้นสกุลนี้
แต่อยู่ที่ความมีสติคอยกำหนดสิ่งต่างๆ
ที่เกิดขึ้นในร่างกายจิตใจของเรา
อะไรที่มันเกิดในใจเรา พอเรารู้ปุ๊บมันก็หยุด
เพราะอะไร ? เพราะใจเราคิดได้ทีละอย่าง
เมื่อคิดอย่างหนึ่ง ไอ้สิ่งอื่นมันก็หายไป
ขณะที่เราโกรธ พอเรารู้ตัวว่าเราโกรธ ความโกรธก็จะจางหายไป
พอเราโลภ เรารู้ว่ามีความโลภ ความโลภมันก็จะหายไป
แต่มันอาจกลับมาอีกถ้าสติเราไม่ติดต่อ
เพราะเมื่อรู้แล้วไม่สร้างสติให้มันติดต่อ





๗. จิตใจที่ขาดการควบคุม

ใจเรานี้มันคิดอะไรเมื่อใดก็ได้
ถ้าขาดการควบคุม มันคิดในเรื่องที่ให้เป็นทุกข์ก็ได้
คิดในเรื่องที่ให้มันเป็นโทษก็ได้
แต่ถ้าเรามีการควบคุม มันก็คิดในเรื่องที่มีระเบียบ
ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ออกไปนอกลู่นอกทาง
นี่สภาพจิตของเรามันเป็นอย่างนี้
ทุกครั้งเราคิด เป็นการเพิ่มอะไรๆ ขึ้นในใจของเรา
ถ้าเราคิดดีก็เพิ่มความดีขึ้นในใจเรา
ถ้าเราคิดชั่วมันก็เพิ่มความชั่วขึ้นในใจของเรา
หลีกไม่พ้น...มันได้อยู่ตลอดเวลา
สิ่งที่เพิ่มขึ้นนั้นเขาเรียกว่านิสัย นิสัยของคนนั้นมันเกิดจากอะไร?
ก็เกิดจากการกระทำบ่อยๆ ในเรื่องนั้น
คิดบ่อยๆ ทำบ่อยๆ ในเรื่องอย่างนั้น ก็กลายเป็นนิสัยขึ้นมา





๙. หน้าที่

สิ่งที่ทำคนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์นั้น
คือสิ่งที่เรียกว่า “หน้าที่”
คนเรา...ไม่ได้มีปัญญาเท่าเทียมกันทุกคน
คนเรามีปัญญาเท่าใด เห็นได้เท่านั้น
เหมือนคนสองคน...มองไปช่องอะไรช่องหนึ่ง
คนหนึ่ง...อาจจะเห็นโคลนตมก็ได้
ส่วนอีกคนหนึ่งอาจจะเห็นเพชรพลอยก็ได้
เหมือนกับคำกลอนที่ท่านผู้หนึ่งเขียนเอาไว้ว่า...
“สองคนยลตามช่อง คนหนึ่งมองเห็นโคลนตา
คนหนึ่งตาแหลมคม เห็นเดือนดาวแสงวาวแวว”





๙. คำพูดงาม

การสำรวมวาจายังประโยชน์ให้สำเร็จ
ฉะนั้น ให้ถือว่า...คนพูดโดยไม่ระวังไม่ดี
คนพูดโดยความระมัดระวังเป็นความดี
การสำรวมวาจาหรือการสำรวมปาก...ยังเป็นประโยชน์ให้สำเร็จ
ถ้ามีเรื่องจะพูด จงพูดแต่วาจางาม
การเปล่งวาจางามเท่านั้นยังประโยชน์ให้สำเร็จ
คนพูดชั่ว...ฆ่าตัวเองและบุคคลอื่น
ความทุกข์เกิดขึ้นเพราะการทำชั่วมีมาก
จงปิดประตูของปากให้มั่นคง ใจของท่านจะไม่เดือดร้อน
เต่าปากไม่นิ่ง...ต้องตกลงมากระดองแตก
อำมาตย์...พูดมากจนพระราชาต้องให้กินมูลแพะ
คนพูดมากบางคนจึงถูกหยัดปาก...จึงเดือดร้อน
ปากไม่ดีเป็นทุกข์ ปากดีนำสุขสงบมาให้
จงปิดปากของท่านเสียเถิด ปิดเป็นครั้งเป็นคราว





๑๐. สิ่งที่เรียกว่าความทุกข์

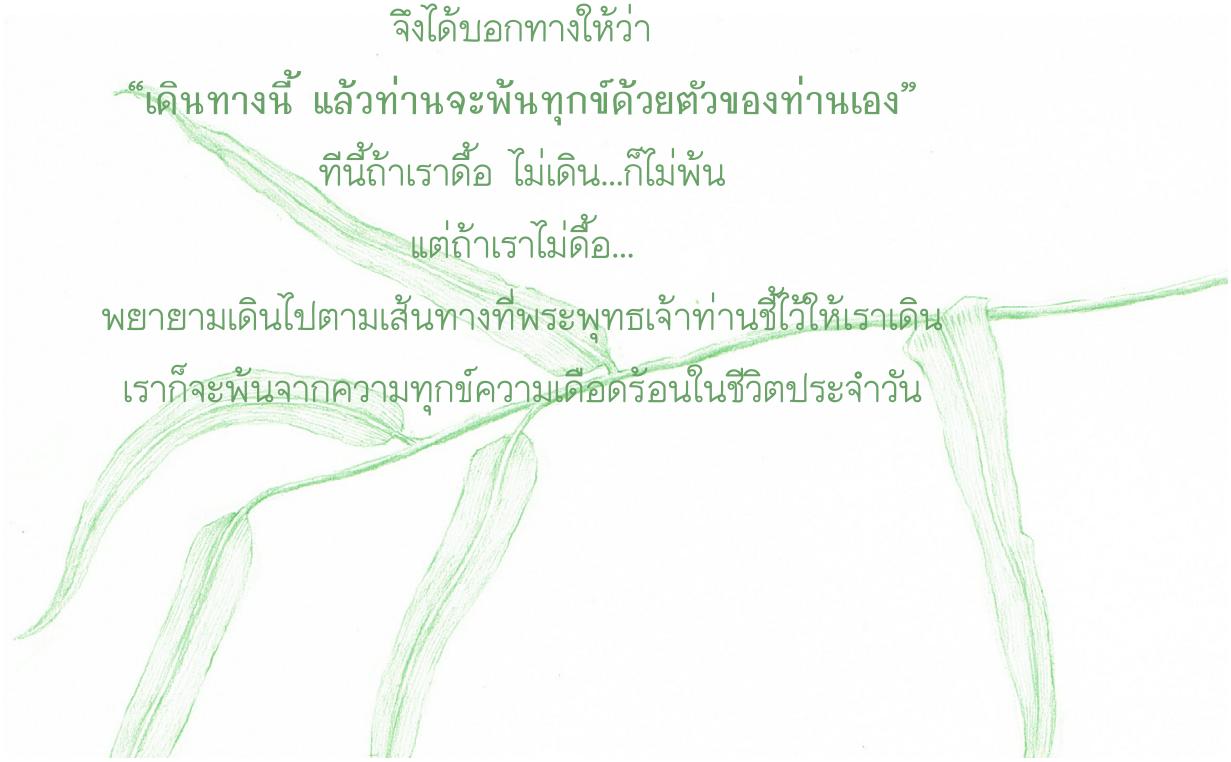
ความทุกข์นั้น มี ๒ แบบ
เรียกว่า “ทุกข์ทางกาย” และ “ทุกข์ทางใจ”
คำว่า “ทุกข์ทางกาย” หมายความว่า
ร่างกายเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์
แล้วก็ “ทุกข์ทางใจ” เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นในใจของเราเอง
ความทุกข์ที่เกิดขึ้นทางกาย เพราะร่างกายมันผิดปกติ
ไม่อยู่ในสภาพที่ปกติ เราก็มีความทุกข์ทางกาย
ความจริงมันทุกข์อย่างเดียว...มันทุกข์อยู่ที่ใจ
เพราะว่าใจเข้าไปยึดถือกับกาย
เมื่อใจเข้าไปยึดถือกายก็เลยเป็นทุกข์อันเนื่องจากกาย
ส่วนทุกข์ทางใจนั้น เนื่องจากจิตมันคิดมันสร้างอารมณ์ให้เกิดขึ้น
เมื่อเกิดขึ้นในใจของเรา ก็ทำให้เราไม่สบายใจ
มีความทุกข์ เป็นความทุกข์ที่เกิดขึ้นเพราะการสร้างของจิตนั่นเอง

ธรรมสภา



๑๑. ดับทุกข์ได้ด้วยตนเอง

ใครอยากจะดับทุกข์
ก็ต้องเดินตามทางที่พระพุทธเจ้าชี้ให้เดิน
ถ้าใครไม่อยากจะดับทุกข์ไม่ว่าอะไร
พระองค์ไม่ได้บังคับ
อยากจะทรมานตนต่อไป
ให้ธรรมชาติมันกัดเราเจ็บต่อไปท่านก็ไม่ว่า
แต่ท่านสงสารชาวโลกที่กำลังเวียนว่ายอยู่ในกองทุกข์
จึงได้บอกทางให้ว่า
“เดินทางนี้ แล้วท่านจะพ้นทุกข์ด้วยตัวของท่านเอง”
ทีนี้ถ้าเราดื้อ ไม่เดิน...ก็ไม่พ้น
แต่ถ้าเราไม่ดื้อ...
พยายามเดินไปตามเส้นทางที่พระพุทธเจ้าท่านชี้ไว้ให้เราเดิน
เราก็จะพ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน





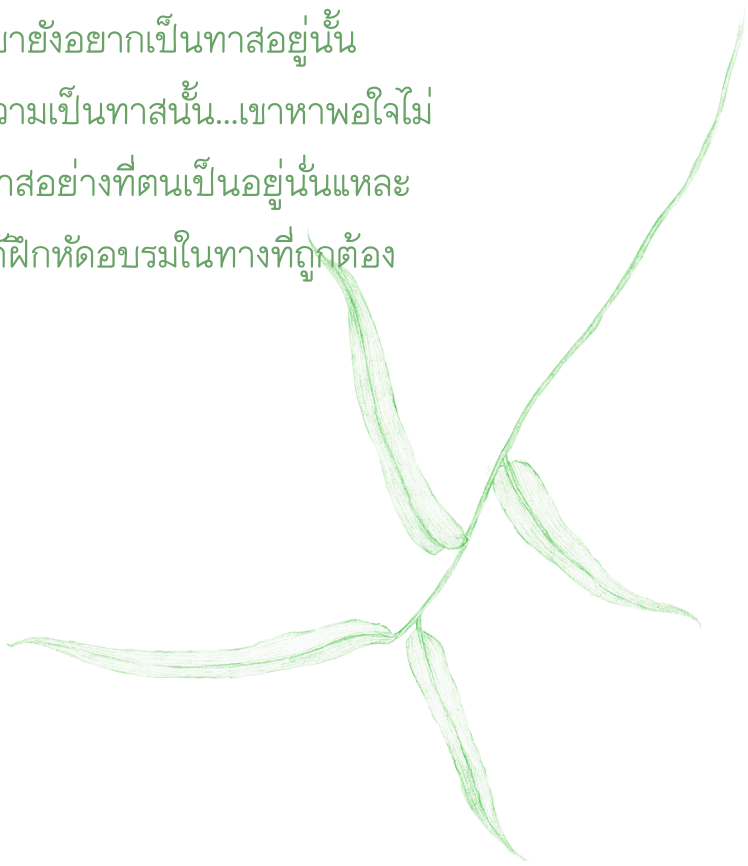
๑๒. หลงมายา

ต้องหัดเพ่ง หัดมอง หัดพิจารณา
หัดตั้งปัญหาถามตนเองเมื่อไปพบอะไรก็ต้องคิดว่าคืออะไร?
มันมาจากไหน? มันให้ทุกข์ให้สุขอย่างไร?
มันเป็นคุณเป็นโทษอย่างไร?
ต้องหมั่นพิจารณาตรวจสอบให้เห็นชัดด้วยตนเอง
เราจึงจะไม่มีความมัวเมาในสิ่งนั้น
มองทุกสิ่งทุกอย่างตามที่มันเป็นอยู่จริงๆ
ไม่ว่าอะไรมันมีความจริงอยู่ในตัวของมัน
แต่ว่าคนเรานี่แหละ...ไม่ค่อยมองให้เห็นความจริง
เลยไม่พบความจริงในสิ่งนั้น
ที่มองไม่เห็นเพราะเราไปติดอยู่ในสิ่งที่เป็นมายา
ที่เขาเอามาฉาบ เอามาทา เอามาแต่งไว้
การที่จะมองให้เห็นความจริงไม่ว่าอะไรสิ่งใดทั้งหมดทั้งสิ้น
ต้องปอกสิ่งที่เรียกว่าไม่ใช่เนื้อแท้ออก ปอกจนกระทั่งเห็นเนื้อแท้ของมัน



๑๓. อารมณ์ที่จรมา

ปกติของจิตนั้นมีความผ่องใสอยู่
แต่เพราะการไปรับอารมณ์ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย
จึงเกิดอาการขุ่นมัวไป
ฉะนั้น สิ่งที่จักทำจิตให้ขุ่นมัวก็ได้แก่อารมณ์ที่จรมานั่นเอง
...คนส่วนมาก...
สมัครเป็นทาสมากกว่าที่จักดิ้นรนเพื่อความเป็นไท
และตราบใดเท่าที่เขายังอยากเป็นทาสอยู่นั้น
ถ้ามีใครไปติเขาในเรื่องความเป็นทาสนั้น...เขาหาพอใจไม่
เขาชอบให้คุณมาเป็นทาสอย่างที่ตนเป็นอยู่นั่นแหละ
นี่คือสภาพของใจที่มิได้ฝึกหัดอบรมในทางที่ถูกต้อง





๑๔. เวลา...เป็นของมีค่าสำหรับชีวิต

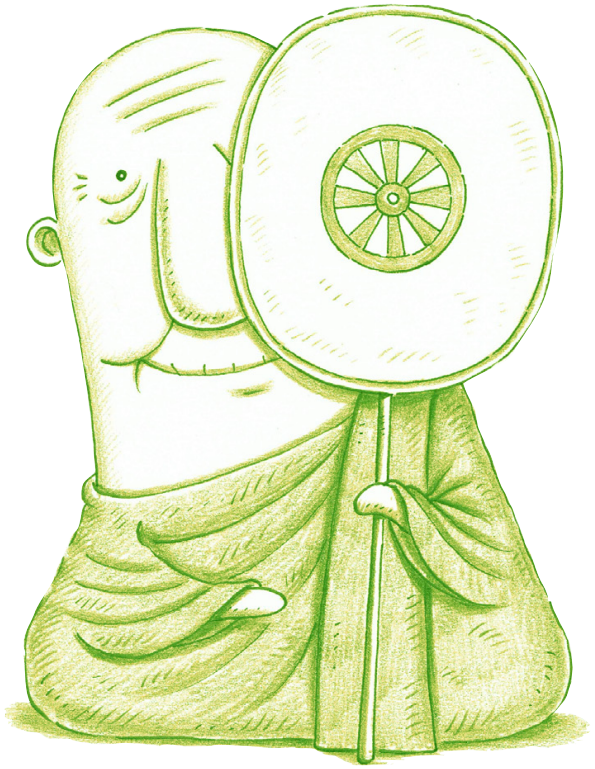
พระพุทธเจ้าท่านสอนให้เราขยัน ก็ด้วยคิดถึงเวลา
คิดว่า...เวลาล่วงไปๆ บัดนี้ฉันทำอะไรอยู่
เพราะว่าถ้าไม่ทำอะไร...เวลาก็สูญไปเปล่าๆ
เรียกว่า...เสียเวลานี่เสียหายมาก
เพราะเวลานั้นไม่ได้ผ่านไปเฉยๆ
มันทำชีวิตของเราให้ชราลง
ให้แก่ลง ให้ร่างกายของเราชำรุดลงไปด้วย
...เรียกว่า...
“อยู่ให้มันรกโลก ให้หนักแผ่นดิน ไม่ได้ทำแผ่นดินให้มีคุณค่า”
ท่านจึงจำแนกคนที่เกิดมาในโลกนี้ไว้ ๓ ประเภท คือ
๑. เกิดมาทำให้โลกงดงาม
๒. เกิดมาทำให้โลกทราม
๓. เกิดมาทำให้โลกมันเต็มจำนวนคนเท่านั้นเอง



๑๕. ลำดับแห่งปัญญา

ความทุกข์ค่อยลดน้อยลงไป
ลดน้อยลงไปตามลำดับแห่งปัญญา
ปัญญามากขึ้น...ความทุกข์ก็น้อยลง
ปัญญามากขึ้นไปอีก ความทุกข์ก็น้อยลงไปอีก
เราจึงต้องเพิ่มปัญญาด้วยการศึกษา
ด้วยการฟัง ด้วยการคิด ด้วยการแยกแยะ วิเคราะห์ วิจัย
เพื่อให้เห็นสิ่งนั้นชัดแจ้งตามสภาพที่มันเป็นอยู่จริงๆ
อันนี้จะช่วยให้เกิดความเบาใจจากปัญหาชีวิตประจำวันได้
คนไม่ทำอานาปานสติ ไม่ฝึกภาวนา จิตมันฟุ้งซ่าน
เวลาตายนึกถึงวัว ถึงควาย นึกถึงไร่ นึกถึงนา
นึกถึงไอ้หลานน้อยๆ ว่าใครจะเลี้ยง...กูตายแล้วใครจะเลี้ยง
ตายด้วยความกังวลใจ มีความทุกข์...ไปสู่ทุคติ
ไม่ได้ไปสู่สุคติ คือดีมีความสุขใจ เพราะฉะนั้น
เราต้องหัดทำไว้ก่อนตาย







๑๖. ราคาของคนอยู่ที่คุณธรรม

ท่านทั้งหลาย...จงรักษาศีลให้บริสุทธิ์เถิด
เราจะต้องช่วยตัวเองด้วยการประพฤติศีลธรรม
ถ้าเราประพฤติศีลธรรมแล้ว เราก็เอาตัวรอดได้แน่
ความมีราคาของคนอยู่ที่คุณธรรมประจำใจ
ขาดคุณธรรม...ก็ขาดธาตุแท้ของความเป็นคน
คนที่ไม่มีธรรมประจำใจ ก็มีสภาพเลวกว่าสัตว์ดิรัจฉาน
ราคาของคนมิได้อยู่ที่ทรัพย์สินเงินทองหรือเกียรติยศ
แต่อยู่ที่...ความเป็นผู้มีใจสูง
ฉะนั้น ท่านทั้งหลาย...จงเพิ่มราคาของตัวท่านเอง
ด้วยการยกใจของท่านให้สูงขึ้นจากบ่วงกามทุกๆ วินาทีเถิด





๑๗. ใจอ่อน ใจแข็ง

คนที่ใจอ่อนแอ ย่อมทำความชั่วได้ง่าย

คนใจแข็ง...ทำชั่วได้ยาก

แต่จงเข้าใจว่าใจอ่อนนั้นหมายถึงการตามใจตัวเอง

ปล่อยความคิดไปตามอำนาจของความอยาก

ใจจึงตกไปในทางต่ำ อาการอย่างนี้เรียกว่าใจอ่อน

ส่วนในแข็งนั้นหมายถึงความหนักแน่น มั่นคง

ไม่โยกโคลงต่ออารมณ์ที่มากระทบ

คนใจแข็งจึงทำชั่วได้ยาก

ฝนตกลงมาจากฟ้า น้ำยังคงขังอยู่ในที่ต่ำได้

จิตที่ยังต่ำก็ชอบเก็บอารมณ์ต่างๆ ไว้มากมายเช่นเดียวกัน

ส่วนที่สูงๆ น้ำไม่ขังอยู่เลย...ตกเท่าใดไหลไปหมด

จิตที่สูงขึ้นไปแล้วก็มีภาวะเช่นนั้น

ฉะนั้นพึงยกจิตของท่านให้สูงขึ้นไปเถิด

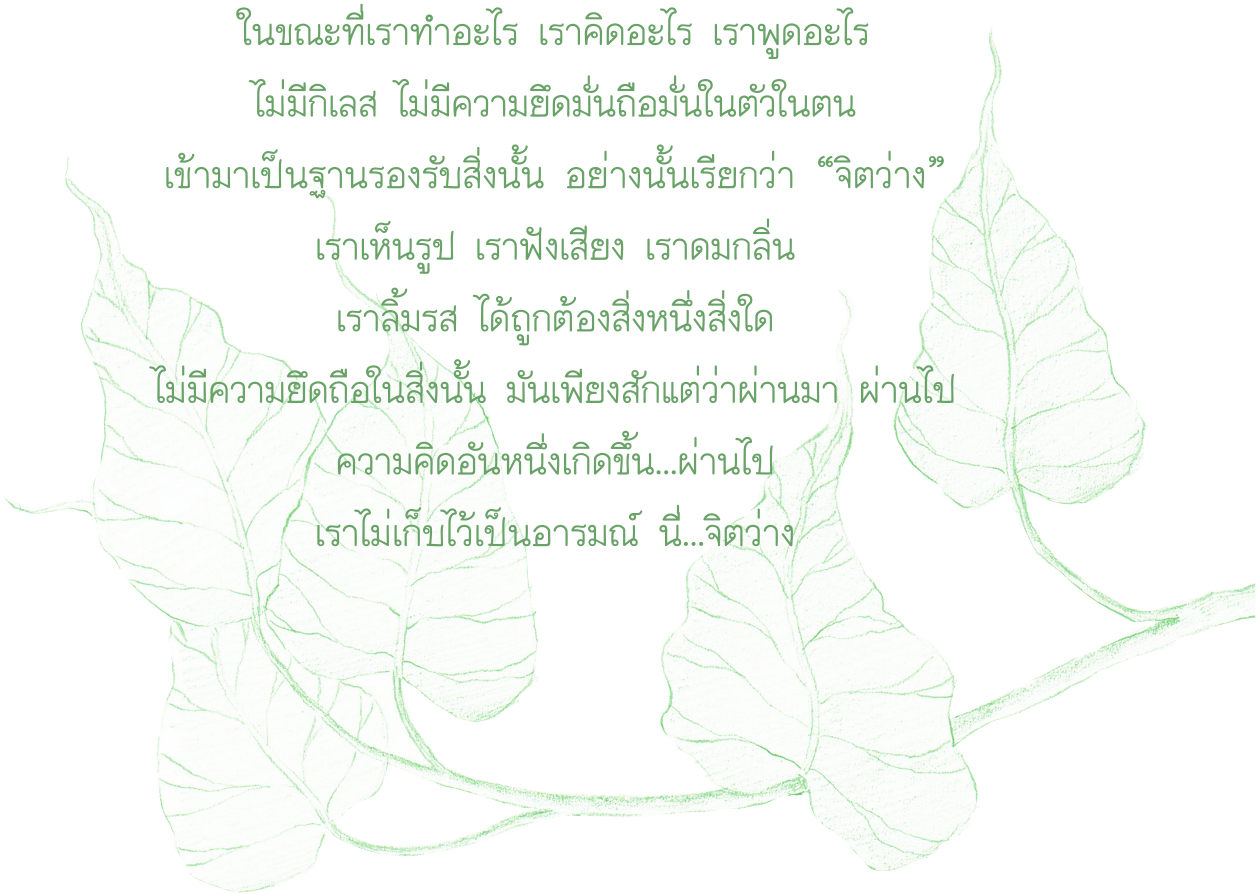
กิเลสจะไม่รั่วรดท่านได้





๑๙. ทำจิตให้ว่าง

ที่เรียกว่า “ทำจิตให้ว่าง” น่ะ
หมายความว่า ไม่ใช่ว่างอย่างไม่มีอะไร
ไม่ใช่ว่างเหมือนภาชนะว่างที่ไม่มีอะไรอยู่ในภาชนะนั้น
นั่นเป็นความว่างในทางวัตถุ
แต่ว่าความว่างในทางจิตนั้นคือ “ไม่มีกิเลสเกิดขึ้น”
ในขณะที่เราทำอะไร เราคิดอะไร เราพูดอะไร
ไม่มีกิเลส ไม่มีความยึดมั่นถือมั่นในตัวในตน
เข้ามาเป็นฐานรองรับสิ่งนั้น อย่างนั้นเรียกว่า “จิตว่าง”
เราเห็นรูป เราฟังเสียง เราดมกลิ่น
เราลิ้มรส ได้ถูกต้องสิ่งหนึ่งสิ่งใด
ไม่มีความยึดถือในสิ่งนั้น มันเพียงสักแต่ว่าผ่านมา ผ่านไป
ความคิดอันหนึ่งเกิดขึ้น...ผ่านไป
เราไม่เก็บไว้เป็นอารมณ์ นี่...จิตว่าง





๑๙. ประมาท...ลงเหว

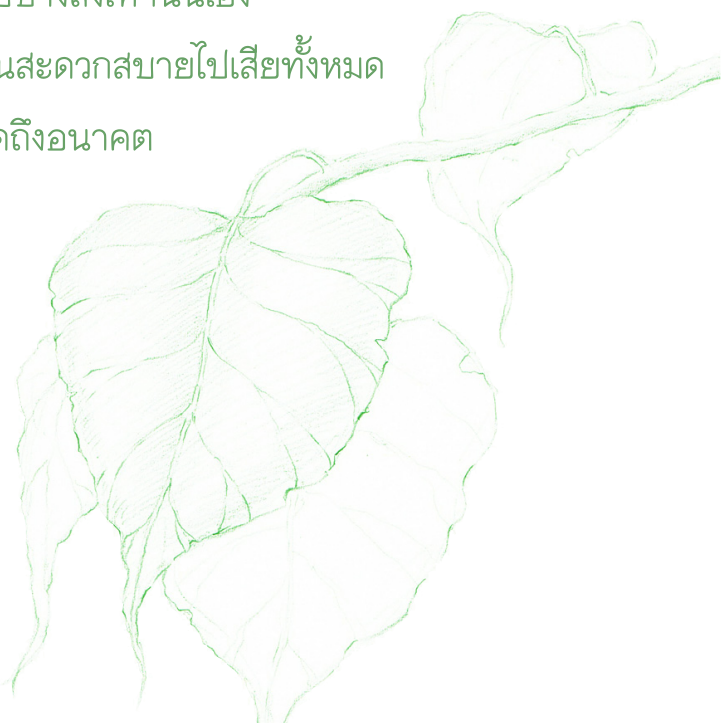
ความเมาทุกอย่างเกิดจาก...ความประมาท
อันเป็นเหตุให้ลืมตน
ความลืมตนนั้นเองเป็นเหตุให้ทำความผิดได้เสมอ
การเป็นอยู่ในโลกที่เต็มไปด้วยความทุกข์นานาประการ
เราจักต้องมีความระมัดระวังในการเป็นอยู่ให้มาก
ชีวิตของชาวโลกเหมือนการยืนอยู่ที่ปากเหวอันลึก
ถ้าประมาท...ก็อาจตกลงไปในเหวทันที
เหมือนกับเหวลึกที่เต็มไปด้วยอันตราย
ความเป็นอยู่เหมือนการยืนอยู่บนปากเหว
จึงต้องใช้ความระมัดระวังในการเป็นอยู่ให้ดี
ถ้ารู้เห็นว่าสิ่งใดเป็นเหตุให้เกิดความชั่ว...อย่าเข้าใกล้สิ่งนั้น
เหมือนที่เรารู้ว่า ไฟเป็นของร้อน เราก็อย่าไปจับไฟเท่านั้นเอง





๒๐. ชีวิตเดินทาง

ชีวิตของคนเหมือนกับการเดินเรือ
กายนี้เป็นลำเรือ...ใจเป็นนายเรือ
เป็นผู้ถือท้ายให้เรือเดินไปสู่จุดหมายปลายทางได้
ในการเดินทางของชีวิต
มีความยากลำบากมากว่าการเดินเรือ
ผู้เดินทางจึงต้องใช้ความระมัดระวังมากหน่อย
เพราะพลาดท่าเสียทีลงไปแล้ว
เรือแห่งชีวิตก็อับปางลงเท่านั้นเอง
เรานึกว่าชีวิตมันง่าย มันสะดวกสบายไปเสียทั้งหมด
เลยไม่คิดถึงอนาคต





๒๑. พักกาย พักใจ

จิตใจของคนเรานั้น
ถ้าหนักอยู่ตลอดเวลาแล้วจะเป็นโรคประสาทได้ง่าย
แต่ถ้าเบาบ่อยๆ แล้วมันสบาย
คลายกังวล คลายทุกข์ คลายร้อน
ร่างกายต้องการพักผ่อน ฉันใด จิตใจก็ต้องการพักผ่อน ฉันนั้น
บางทีเราอยากพักผ่อน แต่ใจไม่ได้พักผ่อน
ก็ยังเหมือนไม่ได้พัก
แต่ถ้าใจได้พักแล้วกายก็เหมือนพักไปด้วย
เพราะใจมันใหญ่กว่ากาย มันมีความสำคัญยิ่งกว่าร่างกาย
ถ้าใจพักแล้ว...กายก็ได้พัก
การพักในเรื่องเกี่ยวกับใจนั้น สำคัญกวาทางร่างกาย
จิตใจที่รู้สึกอ่อนเพลีย ไม่มีกำลัง
ก็ย่อมขาดกำลังในการปฏิบัติหน้าที่





๒๒. วิดออกเสียบ้าง

พระพุทธเจ้าสอนว่า
ให้วิดออกเสียบ้าง อย่าบรรทุกให้มันเพียบเกินไป
ให้เรือมันคล่อง...เบา แล้วก็จำพายไปเถิด
มันก็จะถึง “ฝั่ง” คือ “ความพ้นทุกข์” ได้สมความปรารถนา
สภาพจิตใจก็ต้องเป็นอย่างนั้น
มีอะไรที่ไม่จำเป็นก็หยุดคิดเสียบ้าง
คือหัดควบคุมให้หยุดคิดเสียบ้าง ให้พูดกับตนเองได้ว่า
“เฮ้อ! ไม่เข้าเรื่อง คิดอะไร” คอยดูตัวเองอย่างนั้น
สภาพจิตใจของคนเรานั้นเหมือนกับผ้าขาวที่สะอาดอยู่ตลอดเวลา
แต่ที่เศร้าหมองเพราะสิ่งที่มากระทบ
ถ้าเราเอาผ้าขาวผืนหนึ่งไปปูไว้ที่สนามหญ้า ไม่เท่าใดขี้ฝุ่นก็จับเป็นสีอื่น
สภาพจิตใจของคนเราก็เหมือนกัน
โดยปกตินั้น มีจิตใจสะอาดอยู่ ประภัสสรผ่องใสอยู่เสมอ



๒๓. จิตที่เป็นพุทธะ

จิตที่จะสดชื่นเป็นปกตินั้น
เราต้องมีหลักธรรมเป็นเครื่องประคับประคอง
ถ้าไม่มีอะไรเป็นเครื่องประคับประคองแล้ว มันสดชื่นอยู่ไม่ได้
ถ้าเรามีจิตไม่ถูกปรุงแต่ง
ก็เรียกว่าเรามีจิตเป็นพุทธะขึ้นมา เป็นผู้รู้ขึ้นมาทันที
รู้อะไรถูกต้องขึ้นมา แล้วก็เป็นตัวเองอย่างแท้จริง
การดูจิต ต้องดูตามที่เขากระทำ
ดูว่าเขาทำอะไร...ถ้าเขาทำแต่เรื่องชั่วแสดงว่าจิตเขาชั่ว
ถ้าเขาทำเรื่องดี เรื่องประเสริฐ...ก็แสดงว่าจิตเขาดี
ฟังคำพูด...ถ้าเขาพูดด้วยคำสุภาพ เรียบร้อย อ่อนหวาน สมานใจ
ก็แสดงว่าใจเขาดี เพราะว่าพูดคำดีๆ ออกมา
ถ้าว่าพูดคำหยาบพ่นๆ ออกมา ไม่ใช่พูด...พ่นออกมา
ใจก็หยาบ คิดแต่เรื่องชั่ว เรื่องร้าย จึงพูดคำชั่วร้ายออกมา





๒๔. เครื่องห้าม...เครื่องกั้น

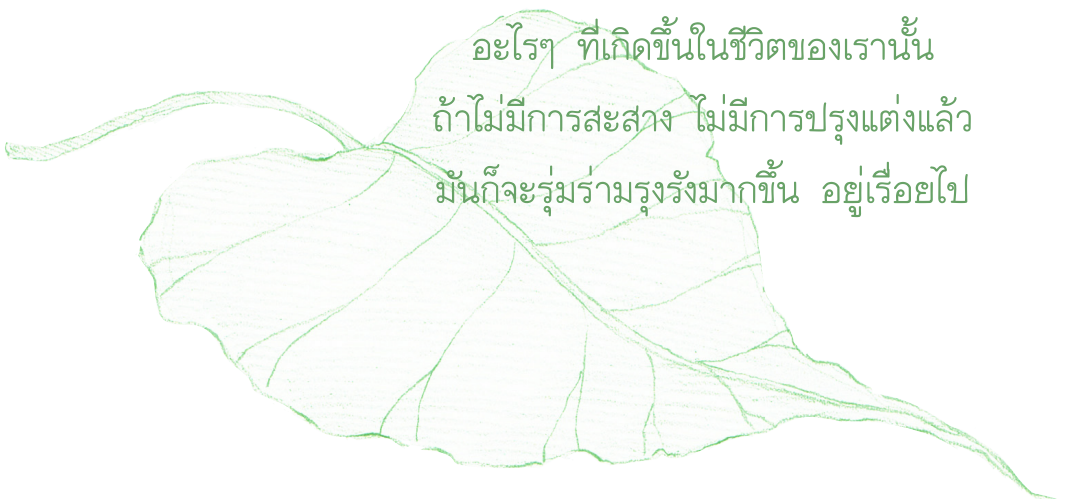
มีบางคนเข้าใจว่า
การกระทำความดีหรือการปฏิบัติกิจศาสนา
เป็นเรื่องของคนแก่ คนหนุ่มคนสาวนั้นยังไม่จำเป็น
เป็นความเข้าใจที่ผิดมาก
ธรรมะเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย
เหมือนอาหารสำหรับหล่อเลี้ยงร่างกาย
การทำชั่วย่อมเกิดแก่คนทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย
ถ้าเขาไม่มีเครื่องห้าม ไม่มีเครื่องกั้น
โดยเฉพาะคนหนุ่มสาวจิตใจกำลังคึกคะนองร้อนแรง
ประดุจม้าคะนองที่ขาดสารถีผู้บังคับและจับบังเหียนไว้ ฉันใด
คนหนุ่มสาวที่กำลังคะนอง ก็ควรที่จักมีเครื่องห้ามสำหรับตนเองไว้





๒๕. สงครามแห่งจิตใจ

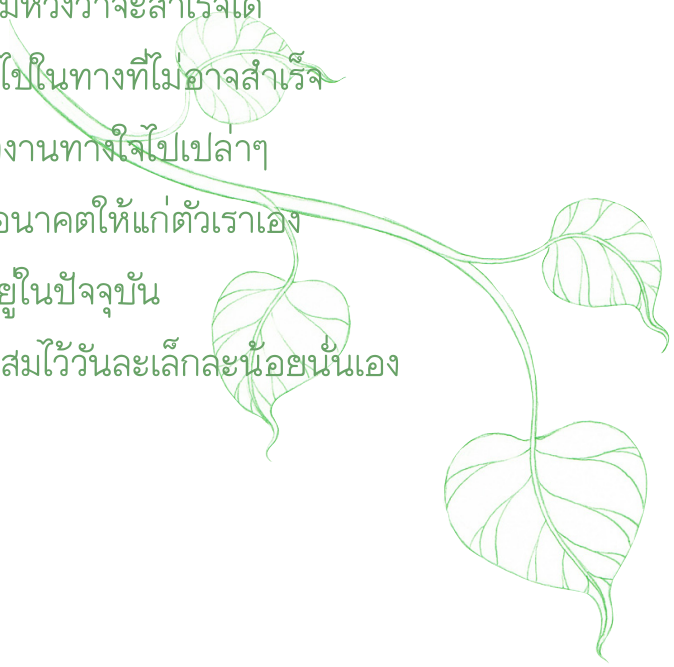
ใจที่ดิ้นรนเหมือนม้าพยศ
ต้องข่มให้อยู่กับร่องกับรอยจนได้
ความข่มใจต้องใช้ เมื่อความคิดในด้านที่ไม่ดีรบกวนใจ
พวกเรานี้ทำการรบทางด้านจิตใจ...เป็นสงครามด้านใน
คือสงครามกับกิเลสประเภทต่างๆ ที่เกิดขึ้นรบกวนจิตใจ
ทำให้เราต้องตกเป็นทาสของสิ่งนั้นๆ
ถ้าเราแพ้...เราก็เป็นทาสเขา เป็นทาสเราก็เป็นทุกข์
ถ้าเรารบชนะ...เราก็เป็นไทแก่ตัว มีความสุขสงบทางด้านจิตใจ
หญ้าที่ขึ้นในสนามถ้าเราไม่ตัดบ่อยๆ มันก็ยาวรกรุงรัง สนามก็ไม่น่าดู
แต่ถ้าเราตัดตกแต่งไว้ สนามนั้นก็จะราบรื่นน่าดู น่าชม ฉันใด
สภาพชีวิตจิตใจของเรานี้ก็เหมือนกัน
อะไรๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของเรานั้น
ถ้าไม่มีการสะสาง ไม่มีการปรุงแต่งแล้ว
มันก็จะรุ่มร่ามรุงรังมากขึ้น อยู่เรื่อยไป





๒๖. อิทธิพลของความคิด

อิทธิพลของความคิดได้สร้างสรรค์อะไรต่างๆ ไว้มากมาย
บรรดาปรากฏการณ์ทางวัตถุที่เราได้พบเห็นอยู่ในทุกวันนี้นั้น
เป็นผลเนื่องมาจากความคิดฝันของคนในสมัยก่อนๆ ทั้งนั้น
ผู้คิดเรือบินขึ้นมาได้ ก็เพราะเขาเห็นภาพของนกที่บินไปมาในอากาศ
ก็เกิดความคิดขึ้นมาว่า คนเราน่าจะบินไปเช่นนั้นบ้าง
การนึกคิดบ่อยๆ สร้างความเป็นอยู่ของคนได้มาก
ในทางศาสนาจึงสอนให้เรารู้จักบังคับความคิดนึก
ให้เป็นไปในทางที่มีระเบียบ
และเป็นไปในทางที่มีหวังว่าจะสำเร็จได้
เพราะถ้าเราใช้ความคิดไปในทางที่ไม่อาจสำเร็จ
ก็เป็นการเปลืองแรงงานทางใจไปเปล่าๆ
ความคิดของเราสร้างอนาคตให้แก่ตัวเราเอง
ความเป็นอยู่ในปัจจุบัน
คือผลของความคิดที่เราได้สะสมไว้วันละเล็กละน้อยนั่นเอง





๒๗. กายกับใจ

ศาสนาหรือธรรมะเป็นอาหารใจ
กาย...ต้องการอาหารคือคำข้าว ฉันใด
ใจ...ก็ต้องการอาหารคือธรรมะ ฉันนั้นเหมือนกัน
และธรรมะเป็นอาหารที่สำคัญกว่าคำข้าวเสียอีก
เพราะธรรมะคอยค้ำจุนจิตใจของเราให้สูงขึ้น
ธรรมะเป็นอาหาร อากาศ ที่เราจะต้องมีทุกวัน
ร่างกายขาดอากาศไม่ได้ ขาดอาหารไม่ได้ ต้องมีประจำ ฉันใด
ใจก็ต้องการอาหารคือธรรมะ ฉันนั้นเหมือนกัน
เมื่อก่อนธรรมะทั้งหลายอยู่ในใบลาน ในภาษาที่คนทั่วไปอ่านยาก
สมัยนี้...ธรรมะได้ถูกนำมาเขียนในภาษาธรรมดา
ที่ทุกคนเข้าใจได้สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน
นำไปเป็นที่พึ่งของชีวิตได้
หากพอใจและเห็นว่า ธรรมะเป็นสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิตของตน



๒๙. ทุกอย่างมาจากเหตุ

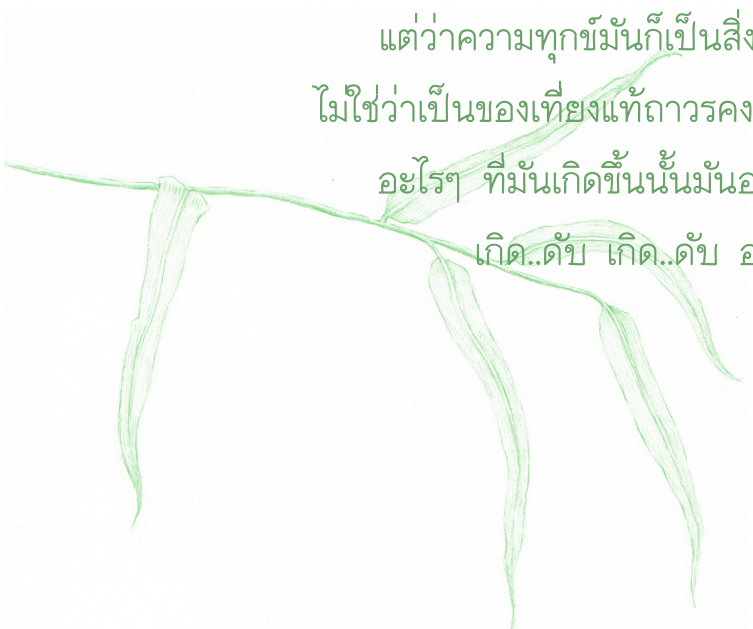
...ทุกอย่างมาจากเหตุ...
ความกลุ้มใจมาจากความคิดมาก
คิดในทางที่จะให้ได้สิ่งที่ตนอยากหลายแบบหลายประการ
เมื่อยังไม่ได้มาก็กลุ้ม...ได้มาแล้วก็กลุ้ม
มันหายไปก็กลุ้ม...กลุ้มตลอดเวลาทีเดียว
กลุ้มเพราะยึดถือว่าเป็นตน ตนมีอยู่ในสิ่งนั้น
อาศัยสิ่งนั้นจึงต้องยุ่งและกลุ้มใจ
การรักษาก็ต้องแก้ตัวอยาก อย่าอยากให้เกินขอบเขต
อย่าอยากในเมื่อยังไม่ถึงเวลาที่ตนจะพึงได้
อย่าอยากให้เป็นการกระทบกระเทือนถึงผู้อื่นที่อยู่ร่วมกัน
เอาเท่าที่ความจำเป็นของการดำรงอยู่
พึงเอาและอย่ายึดถือให้เกินไป คิดถึงกฎธรรมดาไว้บ้าง
เผื่อมันเป็นอย่างใด ตนจักไม่เดือดร้อนในภายหลัง





๒๙. อำนาจอวิชชา

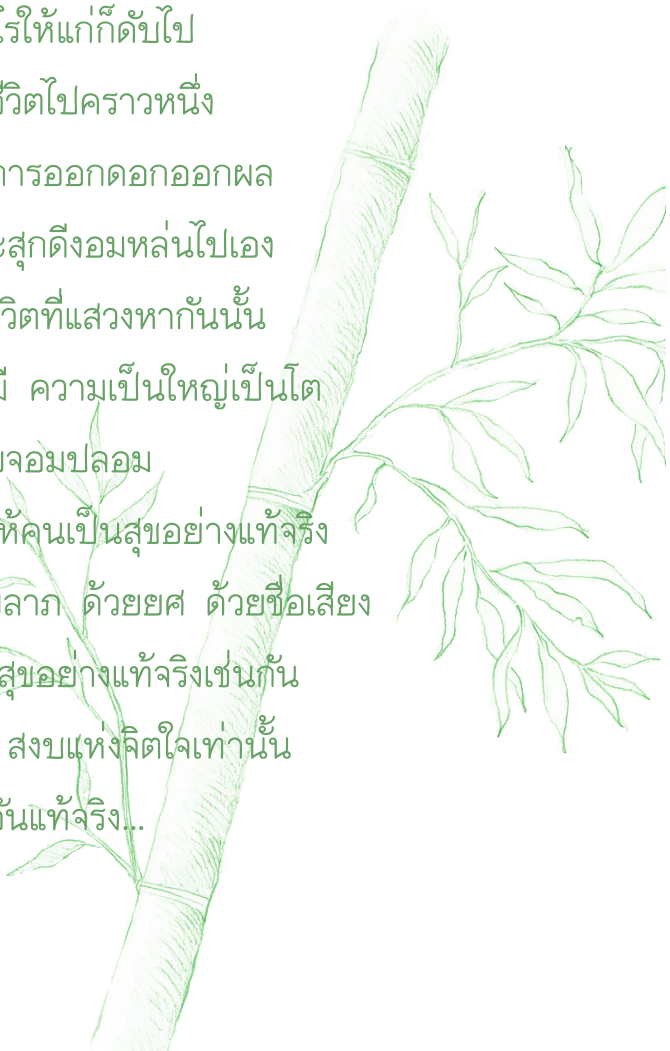
คนผู้ไม่มีธรรมะเป็นหลักครองใจ
ในขณะเกิดความทุกข์ทางใจก็หาทางแก้ไขไม่ได้
รู้ได้อย่างเดียวเท่านั้น คือลดความเป็นคนที่มีความคิด
ให้กลายเป็นคนที่ปราศจากความคิด
ในเรื่องเกี่ยวกับความคิดนึกในจิตใจของเรา
เมื่อใดเราคิดผิดไป เราก็เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน
คือว่าการที่คิดผิดนั้นก็เพราะอำนาจอวิชชา
ความไม่รู้ไม่เข้าใจเกี่ยวกับชีวิต ในเรื่องปัญหาเกี่ยวกับชีวิตของเรา
เมื่อเราไม่เข้าใจในเรื่องปัญหาเหล่านั้น ความทุกข์อาจแทรกแซงขึ้นได้
แต่ว่าความทุกข์มันก็เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงเหมือนกัน
ไม่ใช่ว่าเป็นของเที่ยงแท้ถาวรคงทนอยู่อย่างนั้นตลอดไป
อะไรๆ ที่มันเกิดขึ้นนั้นมันอยู่ในสภาพที่เรียกว่า
เกิด..ดับ เกิด..ดับ อยู่ตลอดเวลา





๓๐. จุดหมายของชีวิต

ชีวิตมีการเริ่มต้น
ด้วยการเกิดและการเดินทางอย่างไม่หยุด
ผ่านความแก่...แก่มาก...แก่หง่อม
และผลที่สุดไม่มีอะไรให้แก่ก็ดับไป
เป็นกาลอวสานของชีวิตไปคราวหนึ่ง
เหมือนผลไม้...ที่เริ่มด้วยการออกดอกออกผล
แล้วผลแก่โดยลำดับ และสุกดีงอมหล่นไปเอง
จุดหมายปลายทางของชีวิตที่แสวงหากันนั้น
อยู่ที่ทรัพย์สมบัติ ความมั่งมี ความเป็นใหญ่เป็นโต
นั่นเป็นจุดหมายจอมปลอม
เพราะว่าความมั่งมีก็ไม่ได้ทำให้คนเป็นสุขอย่างแท้จริง
ความเป็นใหญ่เป็นโต เจริญด้วยลาภ ด้วยยศ ด้วยชื่อเสียง
ก็มิใช่เป็นสิ่งที่ทำให้เราเป็นสุขอย่างแท้จริงเช่นกัน
ความสะอาด ความสว่าง สงบแห่งจิตใจเท่านั้น
...เป็นความสุขอันแท้จริง...







๓๑. สร้างภพ สร้างชาติ

สรรพสิ่งทั้งหลาย ที่เป็นรูปก็ดี เป็นนามก็ดี
ที่เราสัมผัสได้ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย นั่นเป็นวัตถุ
ส่วนที่เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจนั่นเรียกว่าเป็นพวกนามธรรม
พูดตามภาษาธรรมเรียกว่า รูปธรรม นามธรรม
บรรดารูปธรรม นามธรรม ทั้งสองประการนี้
มันไม่มีอะไรที่เป็นตัวแท้จริงในตัวของมันเอง
...หลักนี้เป็นหลักสำคัญ...
เป็นหลักยืนโรงที่เราจะต้องตั้งไว้เพื่อการศึกษาพิจารณา
เพราะถ้าเราไม่เข้าใจหลักนี้ถูกต้องตามความเป็นจริง
เราก็สร้างตัวตนขึ้น แล้วไปยึดไปถือว่าเป็นตัวเป็นตน
เป็นเขา เป็นเรา เป็นนั่น เป็นนี่
เรื่องความเป็นนั้นแหละ คือการสร้างความทุกข์ไว้ในชีวิตของเรา
ซึ่งภาษาธรรมเรียกว่า “สร้างภพ สร้างชาติ”



๓๒. ยินดี ยินร้าย

อันความยินดี และความยินร้าย
ที่เกิดขึ้นในใจของเรานั้น เราอาจจะเข้าใจผิดอยู่
คือเข้าใจผิดว่าความยินดีนั่นเป็นคุณ ความยินร้ายนั้นเป็นโทษ
อันนี้เป็นความเข้าใจขั้นพื้นฐานทั่วๆ ไป
ซึ่งความจริงก็ไม่ถูกตรงตามหลักการนัก
...พูดกันโดยเนื้อแท้แล้ว...
ความยินดียินร้ายมันก็เป็นเรื่องของความทุกข์เท่าๆ กัน
ต่างกันแต่เพียงว่าความยินดีนั้นมันอำนวยทุกข์ในภายหลัง
ส่วนความยินร้ายนั้นมันเป็นทุกข์ในทันที
พระพุทธเจ้าบอกว่าโลกนี้เต็มไปด้วยความทุกข์
ไม่มีความสะดวกสบายหรอกในโลกนี้ เรามาต่อสู้กับความทุกข์ในโลก
เมื่อมีความทุกข์เกิดขึ้นก็ให้นึกเป็นเรื่องธรรมดา
เราจะต้องต่อสู้สุดเหวี่ยง เอาชนะสิ่งนั้นให้ได้
จะไม่ยอมพ่ายแพ้เป็นอันขาด



๓๓. มองทิศที่เป็นสุข

อย่าเอาน้ำร้อนมาลวกตัวเอง
คนที่เป็นทุกข์ก็เพราะไปคิดแต่เรื่องทุกข์เรื่องเดียว
ไม่รู้จักเปลี่ยนอารมณ์ ไม่รู้จักเปลี่ยนแนวคิด
คิดแต่เรื่องที่จะให้เป็นทุกข์ มองด้านเดียว
ทิศมันก็มีตั้ง ๘ ทิศ ๑๖ ทิศ
...เรามองอยู่ทิศเดียวทำไม?...
มองไปทิศนั้นไม่สบายตา ก็มองไปทิศโน้นบ้าง ทิศนี้บ้าง
มันมีทิศที่สบายตาสบายใจอยู่เยอะแยะ
แล้วทำไมไปมองจ้องอยู่ที่ตรงทิศที่เป็นทุกข์ล่ะ
อย่าเอาน้ำมาลวกตัวเอง...เพราะน้ำร้อนนั้นมันของร้อน
ถ้าเราลวกตัวเราหนังมันก็ถลอกปอกเปิด...มันไม่ได้อะไร
ความทุกข์เป็นเหมือนน้ำร้อน
เราคิดให้มันเป็นทุกข์ ก็เหมือนเอาน้ำร้อนมาราดตัวตั้งแต่หัวถึงตีน
ถลอกปอกเปิดเป็นคนดำๆ ด่างๆ ไป อย่างนี้มันจะได้เรื่องอะไร



๓๔. เปิดเผย

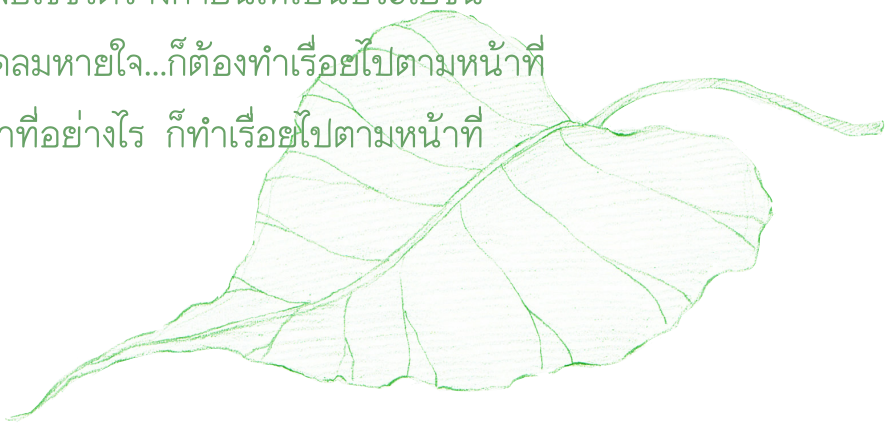
...การทำงานร่วมกัน...
ย่อมมีความคิดเห็นขัดกันในบางครั้ง
อย่าเก็บเรื่องไม่สบายใจนั้นไว้ในใจ
ทางที่ถูกควรปลงอาบัติกันเสียบ้าง
เปิดเผยความรู้สึกที่มีต่อกันออกมาเสียบ้าง
เป็นทางให้ปรับตนเข้ากันได้
ถ้าไม่เปิดเผยความในใจ...มัวแต่ปิดไว้ไม่มีทางปรองดองกัน
ทำตนเองให้เป็นทุกข์เปล่าๆ
ความไม่มีที่เก็บไว้ในนั้น เป็นเช่นกองขยะมูลฝอย
ที่เก็บสะสมแล้วหมักหมมกันนานๆ ย่อมเกิดปฏิกูลขึ้นได้
ฉะนั้น เมื่อทำงานร่วมกันจงเปิดเผยต่อกันเสียดีกว่า จักได้สบายใจ





๓๕. งานสร้างชีวิต

ชีวิตของเราที่ได้อยู่ในปัจจุบันนี้ มันเป็นผลงานโดยแท้
คือว่า “งานสร้างชีวิตขึ้นมา”
เมื่อรู้ว่างานสร้างชีวิตขึ้นมาอย่างนี้แล้ว
เราควรจะทำอย่างไรต่อไป
เราก็ควรจะทำงานเพื่อสร้างสิ่งอื่นต่อไป
...อย่าเป็นคนอยู่นิ่งเฉย...
เพราะการอยู่นิ่งเฉยนั้นจะไม่เกิดอะไรขึ้นแก่ชีวิตของเรา
ตราบใดที่เรายังมีลมหายใจอยู่
ยังมีกำลังมีความสามารถอยู่ ต้องทำหน้าที่ของเราให้เรียบร้อย
มีหน้าที่อันใดทำให้เรียบร้อย ทำให้สมบูรณ์
เราเกิดมาเพื่อหน้าที่...เราเกิดมาเพื่องาน
เกิดมาเพื่อใช้ชีวิตร่างกายนี้ให้เป็นประโยชน์
เมื่อยังไม่หมดลมหายใจ...ก็ต้องทำเรื่อยไปตามหน้าที่
เรามีหน้าที่อย่างไร ก็ทำเรื่อยไปตามหน้าที่





๓๖. ชีวิตกับงาน

ชีวิตกับงานเป็นของคู่กัน
ชีวิตที่ปราศจากงานเป็นชีวิตที่ไร้ความหมาย
คนที่เขาอยู่อย่างไม่ต้องกลุ้มใจนั้น
เขาก็ล้วนแต่เป็นคนขยันมาก่อนแล้วทั้งนั้น
ของดีงามและความสุขทั้งหลายในโลกนี้
เป็นสมบัติของคนขยัน
คนขยันเท่านั้นไม่ต้องลำบากใจในความเป็นอยู่ของตน
เพราะการมีชีวิตอยู่ในโลก...ต้องมีงาน มีเงิน และมีความสุขทีหลัง
ขาดงานหรือมีงานแล้ว แต่ไม่มีความขยันในการทำงาน
ผลที่ได้ก็ไม่สมบูรณ์...ความทุกข์ย่อมเกิดมา
งานเป็นเหตุให้เกิดปัจจัยเครื่องใช้สอยขึ้นมา
เราถือว่างานสำคัญกว่า ไม่ได้คำนึงถึงอะไร
ใจคนก็ตกต่ำ เป็นคนเห็นแก่เงิน เป็นคนเห็นแก่ได้
ทำอะไรเอาแต่ใจในทางส่งเสริมความอยาก
ความเสื่อมโทรมในชีวิตก็จะเกิดขึ้น



๓๗. ธรรมคือหน้าที่

ถ้าเราได้ทำหน้าที่ของเราให้สมบูรณ์ เรียบร้อย
ก็เรียกว่า เราเป็นผู้ “รู้จักหน้าที่”
รู้จักหน้าที่คือรู้จักธรรมะ เพราะว่า “ธรรมะคือหน้าที่”
ผู้ใดทำหน้าที่ได้สมบูรณ์เรียบร้อย
ผู้นั้นได้ชื่อว่าปฏิบัติหน้าที่ของตนไม่บกพร่อง
เป็นผู้ปฏิบัติดี เป็นผู้ปฏิบัติชอบ เป็นผู้ปฏิบัติตรง
เป็นผู้ปฏิบัติเป็นธรรมะ เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อออกไปจากความทุกข์
เมื่อเราทำได้ดังนี้ก็เรียกว่าเรามีพระสงฆ์อยู่ในใจของเราแล้ว
พระสงฆ์นั้นคือตัวปฏิบัตินั่นเอง พระธรรมคือแนวทางปฏิบัติ
พระพุทธนั้นคือความบริสุทธิ์ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ
ผู้ที่ได้ปฏิบัติหน้าที่อยู่ก็ได้ชื่อว่าแก้ปัญหาของตัวอยู่ตลอดเวลานาที
แต่ผู้ที่ละเลยต่อหน้าที่ ไม่ปฏิบัติหน้าที่ให้สมบูรณ์
ผู้นั้นได้ชื่อว่าสร้างปัญหาให้แก่ตนเอง
ทุกคนที่ทำงานตามหน้าที่ก็เรียกว่า
เป็นผู้ประพฤติธรรมอยู่แล้วในส่วนนั้น

ธรรมสภา



๓๙. ฐานของชีวิต

...ชาวพุทธ...
ควรทำงานอาชีพตามหน้าที่ โดยถืออุดมคติว่า
“ งานคือชีวิต ชีวิตคืองานบันดาลสุข ”
ชีวิตที่ปราศจากงานเป็นชีวิตไม่มีราคา
ราคาของคนอยู่ที่งานของตนโดยแท้
. . . ทุกคนจึงต้องทำงาน . . .
คนมีงานเป็นคนมีหลัก คนไร้งานเป็นคนไร้หลัก
มีหลักแล้วต้องมีฐานด้วย...ฐานเป็นที่ตั้งของหลัก
ฐานหมายถึงบ้านเรือน ที่ดิน อันเป็นของตนเอง
ไม่ต้องเช่าเขาอยู่อาศัย
คนไม่มีบ้านลำบากแท้ๆ บางคราวต้องถูกไล่ออกจากบ้าน
เพราะความหน้าเลือดของเจ้าของบ้านที่บูชาเงินเป็นพระเจ้า
คนไม่มีบ้านก็ต้องเร่ร่อน น่าสงสาร
. . . แต่จะโทษใครได้ . . .
ตนเองไม่หาฐานไว้ให้ตนเอง จึงต้องพบความทุกข์ความเดือดร้อน



๓๙. เกิดมาเพื่อหน้าที่

เรานึกอย่างเดียวแต่เพียงว่า
ฉันเกิดมาเพื่อหน้าที่ ฉันคงอยู่เพื่อหน้าที่
กิจที่ฉันควรทำก็คือ “หน้าที่” ที่ฉันได้รับมอบหมายแล้ว
จะทำให้สมบูรณ์ ให้เรียบร้อย ให้ถูกต้องทุกประการ
ไม่ให้ขาดตกบกพร่อง ทำด้วยอารมณ์สดชื่น รื่นเริง ทำงานให้สนุก
ถืออุดมการณ์ว่า...งานคือชีวิต ชีวิตคืองานบันดาลสุข
ทำงานให้สนุก เป็นสุขขณะทำงาน เมื่อเราสนุกในงานพอแล้ว
ก็ไม่ต้องไปเที่ยวส่งเสริมความชั่วร้ายทั้งหลายที่เขามีกันอยู่ในโลก
ทุกคนควรทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร
ควรทำงานที่สุจริต ไม่เป็นไปในการทำตนและบุคคลอื่นให้เดือดร้อน
เมื่อทำงานแล้วย่อมได้ผลของงานเป็นเงินเป็นทอง
ข้าวของก็ควรใช้ไปในทางที่ถูก
คือเลี้ยงตน เลี้ยงครอบครัว เลี้ยงพ่อแม่ เลี้ยงเพื่อนฝูงที่ดี
เสียภาษีอากรบำรุงรัฐ ทำบุญบำรุงศาสนาอันเป็นประทีปของโลก
ย่อมเป็นการรับประโยชน์จากทรัพย์ที่ตนหามาได้ถูกต้องและถูกธรรม



๔๐. เพื่อความสำเร็จของงาน

ความอดทน...จำเป็นต้องใช้มากในการอยู่ร่วมกัน
บุคคลเรานิสัยใจคอไม่เหมือนกัน
บางคนใจอ่อน บางคนใจแข็ง บางคนใจเร็ว บางคนใจหนักแน่น
กระทบกระทั่งกันบ่อยๆ เราก็ต้องมีน้ำอดน้ำทนในการปฏิบัติต่อกัน
ใครทำอะไรผิดพลาดไปก็รู้จักให้อภัยต่อกัน มีน้ำใจเป็นมิตร
มีน้ำใจเป็นนักกีฬา...รู้จักแพ้ในเวลาควรแพ้ รู้จักชนะเวลาควรชนะ
อย่าเอารัดเอาเปรียบกัน
การปฏิบัติงานก็จะเป็นไปด้วยความเรียบร้อย
ในการฝึกหัดให้เกิดความอดทนนี้ เป็นการทำได้เสมอ
เพราะมีบททดสอบอยู่ทุกวัน
ความเปลี่ยนแปลงของดินฟ้าอากาศ
โรคภัยไข้เจ็บที่มากระทบร่างกาย คำด่าจากปากของคนใจร้าย
ล้วนเป็นบทเรียนบททดสอบของชีวิตทั้งนั้น
ถ้าหากเราเอาชนะได้...ก็เป็นสุข
แต่ถ้าเราเอาชนะมันไม่ได้...ชีวิตของเราก็เป็นทุกข์ทุกเวลานาที



๔๑. เมื่อไม่ตั้งต้น ก็ไม่ถึงจุดหมาย

งานทุกอย่างต้องมีการ “ ตั้งต้น ”
เริ่มจากน้อย...ไปหา...ใหญ่ จากต่ำ...ไปหา...สูง
ทุกสิ่งที่ใหญ่โตนั้นมาจากส่วนย่อยทั้งนั้น
ถ้าไม่มีส่วนย่อยแล้วส่วนใหญ่จักมาแต่ไหน
ผู้ที่ไม่ตั้งต้นนั้น...จักไปถึงจุดหมายปลายทางได้อย่างไร
โอกาสเปิดไว้สำหรับทุกคน...แต่คนเรามันไม่พร้อมที่จะเดิน
เมื่อเปิดประตู ประตูเปิด แต่เราไม่พร้อมที่จะเดิน...เลยเดินไม่ได้
ทีนี้มันต้องเตรียมพร้อมเพื่อหาช่องทางเพื่อจะได้เข้าไปสู่เส้นนั้นต่อไป
...ในการดำเนินชีวิตนั้น...
เราจะเป็นอะไรต้องเตรียมให้พร้อม ค่อยก้าวไปทีละก้าวๆ
พระพุทธเจ้าท่านเป็นพระพุทธเจ้าก็ไม่ใช่ท่านเป็นฮวบฮาบ
แต่ว่ามีการสร้างความดีมาโดยลำดับ ซึ่งเราเรียกว่า สร้างสมบารมี
มีความมุ่งมั่นว่าจะเป็นพระพุทธเจ้า
จะรื้อขนสัตว์ให้พ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อน
ท่านทำมาโดยลำดับ ทุกภพ ทุกชาติ จนสำเร็จเป็นพระพุทธเจ้า



๔๒. คุณธรรมสำหรับนักสู้

เวลามีอุปสรรคเกิดขึ้นในชีวิตนั้นเราควรจะคิดว่า
มันเป็นเรื่องช่วยให้เรามีกำลังในอันที่จะต่อต้านกับสิ่งอะไรๆ ต่างๆ
อันเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของเรา
สิ่งใดมันทำลายตัวเรา...เป็นขวากหนาม เป็นอุปสรรค
ทำให้ชีวิตไม่ก้าวหน้า
เราต้องรีบฝ่าฟันสิ่งนั้นไป อย่ายอมให้สิ่งนั้นมาทำลายเราเป็นอันขาด
เราจะต้องเป็นคนที่ตื่นตัว ว่องไว อยู่ตลอดเวลา อย่าเป็นคนเฉื่อยชา
ในการต่อสู้...เราจะต้องมีคุณธรรมสำหรับต่อสู้จึงจะเอาตัวรอดได้
ถ้าขาดคุณธรรมแล้ว อย่าหวังเลยว่าจะรอดไปจากความเดือดร้อน
คุณธรรมสำหรับนักสู้ คือ ความอดทน เข้มแข็ง
ไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรคเล็กใหญ่ ไม่ว่ากรณีใดๆ เราต้องต่อต้านยิบตาเสมอ
ในทางพุทธศาสนาก็ดี ในศาสนาอื่นก็ดี
มีความเห็นร่วมกันเป็นจุดเดียวว่า
ความอดทนเป็นกำลังงาน เป็นยาบำรุงกำลังใจ
เป็นเกราะป้องกันภัย และเป็นเครื่องประดับที่หาค่าวัดมิได้



๔๓. ฝนทั่งให้เป็นเข็ม

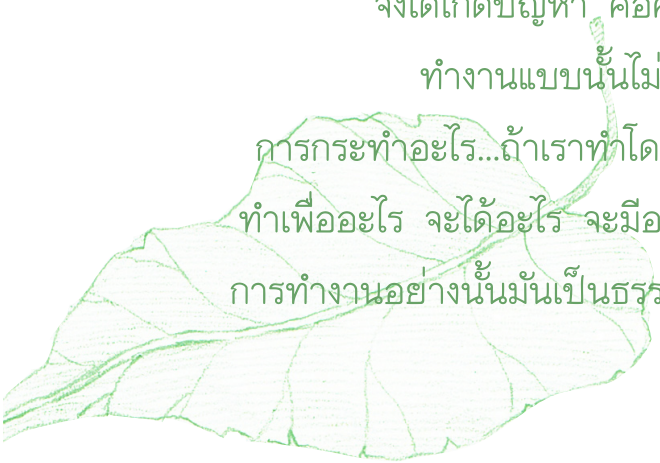
คำว่า “ฝนทั่งให้เป็นเข็ม”
ความจริงนั้นทั่งมันใหญ่ ทั่งที่เขารองตีเหล็กนั้นใหญ่โตมาก
เอาไปฝน...ฝนตลอดชีวิตก็เป็นเข็มไม่ได้
แต่เป็นคำเปรียบเทียบว่า
ทำอะไรทำให้จริงจัง อย่าทำแบบจับๆ วางๆ
อย่าทำบ้าง ไม่ทำบ้าง ทำให้นานๆ
คำสอนในพระพุทธศาสนาสอนให้คนขยันเสมอ
เช่นสอนว่า “คนขยันย่อมหาทรัพย์ได้” บ้าง
“คนทำกิจที่สมควรย่อมประมวลทรัพย์มาได้” บ้าง
“ประโยชน์ย่อมล่วงเลยคนเกียจคร้านไปเสีย” บ้าง
ทรงสรรเสริญความเพียรพยายามไว้ในหลายสถานที่ เช่นว่า
“เกิดเป็นคนควรพยายามไว้ในที่หลายสถาน”
“เกิดเป็นคนควรพยายามร่ำไปจนกว่าจักถึงจุดหมาย”
“คนจักพ้นทุกข์ไปได้เพราะความพยายาม”
หรือ “ถ้าจะทำอะไรก็ทำกันให้จริงๆ อย่าทำอย่างหละหลวม”





๔๔. ทำงานทุกชนิดด้วยจิตว่าง

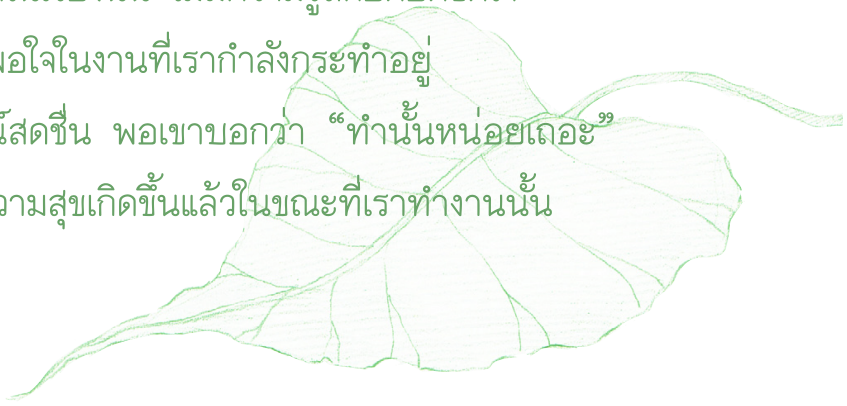
เราจะทำอะไรสักชิ้นหนึ่ง เราทำด้วยจิตที่มันว่าง
ก็คือหมายความว่า ไม่ได้คิดว่าเราจะมีอะไร จะได้อะไรจากสิ่งนั้น
เราคิดแต่เพียงว่าเป็นหน้าที่อันเราจะต้องกระทำ
เราเกิดมาเพื่องาน...สิ่งนี้เป็นงานของเรา...เป็นหน้าที่ของเรา
แล้วก็ทำด้วยจิตใจที่สะอาด สงบ สว่าง
ไม่มีอะไรเกิดขึ้นมาเป็นเครื่องรบกวนใจ เรียกว่าจิตมันว่างในขณะนั้น
คนที่ทำงานด้วยความทุกข์ เพราะเบื่องาน ไม่ชอบงานนี้
ทำมานานแล้ว อยากจะไปทำงานโน้น
ทำที่นี่นานแล้ว...อยากจะไปทำที่โน่น
จิตมัน “กวัดแกว่ง” อยู่ตลอดเวลา ไม่มีความสบายในทางจิตใจ
จึงได้เกิดปัญหา คือความทุกข์ ความเดือดร้อน
ทำงานแบบนั้นไม่ชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติธรรม
การกระทำอะไร...ถ้าเราทำโดยจิตที่บริสุทธิ์ โดยไม่มีความหวังว่า
ทำเพื่ออะไร จะได้อะไร จะมีอะไร ก็เรียกว่า “ทำงานด้วยจิตว่าง”
การทำงานอย่างนั้นมันเป็นธรรมะ เป็นการปฏิบัติธรรมไปด้วยในตัว





๔๕. สันโดษ

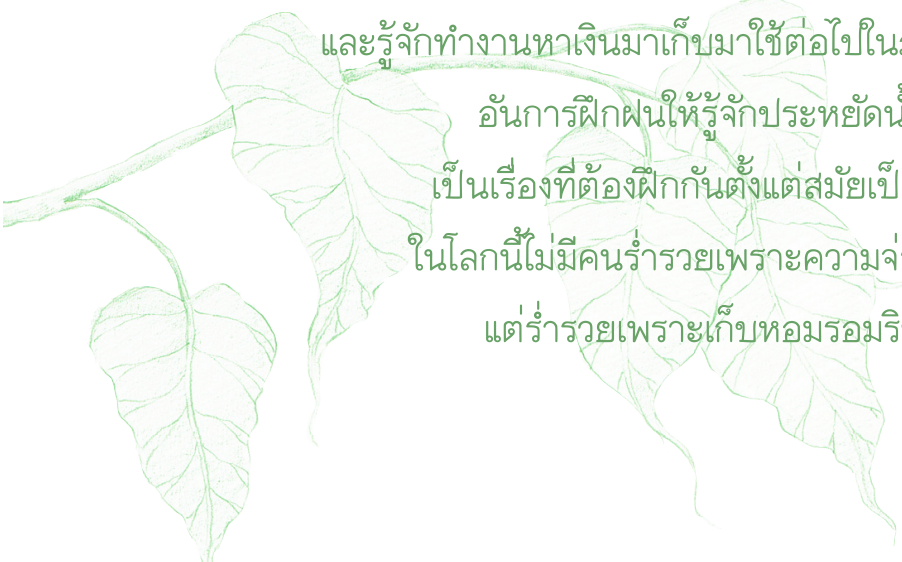
ได้สิ่งใด...พึงพอใจในสิ่งนั้น
เราจะคิดอย่างไร เพื่อให้มีจิตใจสบาย
ไม่เกิดความเบื่อหน่ายในการทำงานนั้นๆ
อันนี้ก็เป็นเรื่องที่จะต้องใช้ธรรมะอีกเหมือนกัน
หลักธรรมะข้อหนึ่งที่เราควรนำมาใช้ก็คือเรื่อง “ความสันโดษ”
พระพุทธภาษิตมีอยู่บทหนึ่งแปลความว่า
“ความสันโดษเป็นทรัพย์อย่างยิ่ง”
แล้วพระองค์ก็กำชับไว้อีกว่า “ได้สิ่งใด...พึงพอใจในสิ่งนั้น”
ในข้อที่ตรัสว่า “ได้สิ่งใด พึงพอใจในสิ่งนั้น” นั้นหมายถึงทุกอย่าง
เช่นเราได้ทำงานที่จะทำ มิว่าเป็นเรื่องการงานอะไรก็ตาม
อันเป็นงานที่ถูกต้อง เขาบอกให้เราทำในเรื่องงานอะไร
เราก็มีความพอใจในเรื่องนั้น ไม่มีความรู้สึกอึดอัดขัดใจ
หรือว่าไม่พอใจในงานที่เรากำลังกระทำอยู่
แต่เรายิ้มรับด้วยอารมณ์สดชื่น พอเขาบอกว่า “ทำนั้นหน่อยเถอะ”
เรายิ้มรับ...เราก็มีความสุขเกิดขึ้นแล้วในขณะที่เราทำงานนั้น





๔๖. ร่ำรวยเพราะอดออม

ตัวผึ้งมีน้ำผึ้งไว้เลี้ยงลูกอ่อน เพราะการหามาสะสมไว้ทีละน้อยๆ
ตัวปลวกก็สร้างภูเขาดินขึ้นมาได้ด้วยการพอกเข้าไปทีละน้อยๆ
จนกลายเป็นจอมปลวกใหญ่
คนเราก็ควรมีการสะสมไว้บ้าง ต่อไปข้างหน้าจะไม่เดือดร้อน
จงพาเด็กของท่านไปที่ออมสินหรือซื้อกระป๋องออมสินมาให้เขา
สอนเขาให้หย่อนเศษสตางค์ไว้เสมอ
พอเต็มก็เปิดออก...เด็กจะเกิดความพอใจในเงินก้อนนั้น
จึงถือโอกาสพูดให้เขาเข้าใจว่าเงินนี้มาจากไหน มากขึ้นได้อย่างไร
ถ้าทำต่อไปก็จะได้มากขึ้นอีก เพาะนิสัยเก็บหอมรอมริบ
ให้เกิดแก่เขาทีละน้อย เขาจะเติบโตขึ้นด้วยความรู้จักเก็บ รู้จักใช้เงินทอง
และรู้จักทำงานหาเงินมาเก็บมาใช้ต่อไปในภายภาคหน้า
อันการฝึกฝนให้รู้จักประหยัดนั้น
เป็นเรื่องที่ต้องฝึกกันตั้งแต่สมัยเป็นเด็ก
ในโลกนี้ไม่มีคนร่ำรวยเพราะความจ่ายเติบ
แต่ร่ำรวยเพราะเก็บหอมรอมริบ





๔๗. สุขด้วยความมีทรัพย์

คนที่มีทรัพย์นั้นย่อมเป็นสุข ๔ ประการ
คือ เป็นสุขเพราะมี เป็นสุขเพราะได้ไป
เป็นสุขเพราะเอาไปประกอบกิจการงานที่ปราศจากโทษ
เป็นสุขเพราะไม่ต้องเป็นหนี้เป็นสินใคร
อันนี้เป็นความสุขของชาวบ้านทั่วๆ ไป
ถ้าเรามีเงิน...เราก็สบายใจแล้ว
ไปไหนมีเงินใส่กระเป๋าไปพอใช้แล้ว...สบายใจ
ถ้ามีเงินน้อยมันก็ไม่สบายใจ จะซื้ออะไรก็ไม่สะดวก จึงต้องมีไว้
มีเงินนี่ก็สบายใจไปเปราะหนึ่งแล้ว คนเรามีเงินอย่าใช้เงินไปในทางเสื่อม
เงินทองถ้าเราเอาไปใช้ในทางเสื่อม ก็จะทำให้เกิดความเสียหายขึ้นได้
ประเทศที่สร้างตัวได้เขาประหยัดทั้งนั้น
เรื่องเก็บนี่เป็นเรื่องสำคัญเท่ากับเรื่องจ่ายเหมือนกัน
เพราะว่าการเก็บไว้นั้นก็เพื่อเผื่อการณ์ข้างหน้าของชีวิตนั่นเอง
เราพุทธบริษัทต้องอยู่อย่างประหยัด อดออม จึงจะมีความสุข
ถ้าอยู่อย่างสุรุ่ยสุร่าย ก็จะไม่พอกินไม่พอใช้ เกิดปัญหาประการต่างๆ



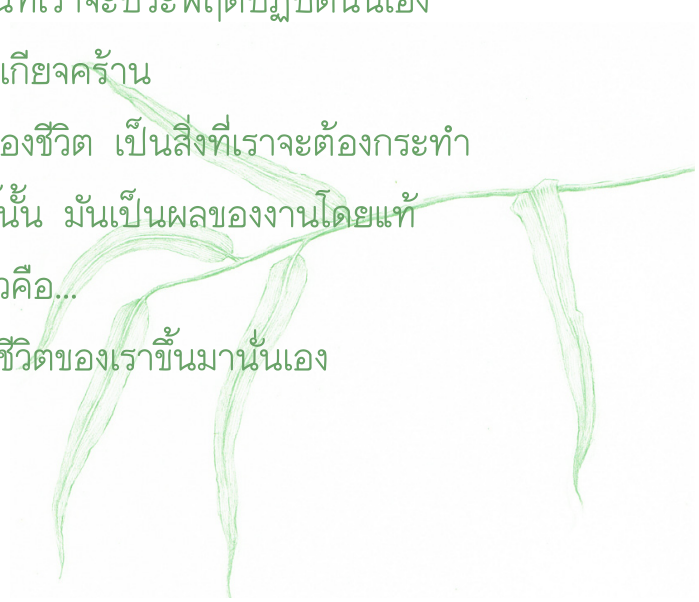
๔๙. สมบัติภายใน

ชาวจีนคนหนึ่งเดินทางมาจากเมืองจีน
เพื่อแสวงหาโชคลาภในประเทศไทย
เขามาอย่างคนเปล่า ไม่มีสมบัติอะไรติดตัว
นอกจากเสื่อผืนหมอนใบ แต่เขามี “สมบัติภายใน”
คือความรักงาน ทำจริง และมีความคิดชนิดก้าวหน้าอยู่เสมอ
พอถึงประเทศไทยเขาก็เริ่มมองหาอาชีพอันตนจะพึงประกอบ
เมื่อไม่ได้งานที่ดีไปกว่า ก็ทำงานเป็นลูกจ้างแบกหามบ้าง
อาศัยการทำจริงและคิดขยายงาน
ไม่ช้านักก็ได้เลื่อนฐานะขึ้นไปเรื่อยๆ จนเป็นคนมั่งคั่งในเมืองไทย
ใครอยากประสบความสำเร็จให้เพาะกำลังใจขึ้นไว้ว่า
เราทำได้...เรามีความสามารถพอ
เราลองดูก่อน...ผลค่อยว่ากันทีหลัง
ทำงาน...ทำทันที ทำให้ดี...ทำให้พร้อม
เพื่อผลจักได้ปรากฏโดยเร็วนี่คือกำลังสำคัญของงานที่ทำ
แล้วจักมีผลทำให้ชีวิตของเรานั้นได้ก้าวหน้าในงานต่อไปในอนาคต



๔๙. ต้องทำหน้าที่ให้เรียบร้อย

เมื่อปฏิบัติหน้าที่ ก็ชื่อว่าแก้ปัญหา
ผู้ใดปฏิบัติหน้าที่อยู่ ก็ได้ชื่อว่าแก้ปัญหาของตัวเองอยู่ตลอดเวลานาที
แต่ผู้ที่ละเลยต่อหน้าที่ ไม่ปฏิบัติหน้าที่ให้สมบูรณ์ เรียบร้อย
ผู้นั้นได้ชื่อว่าสร้างปัญหาให้แก่ตนเอง
ตราบใดที่เรายังมีลมหายใจอยู่ ยังมีกำลัง ยังมีความสามารถอยู่
...ต้องทำหน้าที่ของเราให้เรียบร้อย...
มีหน้าที่อันใดเราก็ต้องทำให้เรียบร้อย ให้สมบูรณ์
คนเราเกิดมาถ้ามีความเกียจคร้านแล้ว
ความก้าวหน้าในชีวิต ในการงาน ก็จะหายไป
ความเบื่อหน่ายในหน้าที่การงานที่เราจะประพฤติปฏิบัตินั่นเอง
จึงเกิดความเกียจคร้าน
ไม่ได้คิดว่าสิ่งที่เราทำนี้เป็นหน้าที่ของชีวิต เป็นสิ่งที่เราจะต้องกระทำ
ชีวิตของเราที่ได้อยู่ในปัจจุบันนี้นั้น มันเป็นผลของงานโดยแท้
...กล่าวคือ...
งานที่เราทำ มันได้สร้างชีวิตของเราขึ้นมานั่นเอง





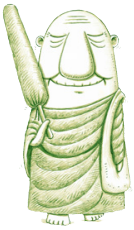
๕๐. ทำตนให้มีค่า

ความมีค่าของชีวิตอยู่ที่การกระทำตนให้มีราคา
การกระทำตนให้มีราคาก็คือการปฏิบัติงานในชีวิตประจำวันนั่นเอง
การปฏิบัติงานทำให้ชีวิตมีค่า การไม่ทำงานทำให้ชีวิตของเราไร้ค่า
เราอย่าอยู่อย่างคนไร้ค่า แต่ต้องอยู่อย่างคนมีค่า
ชีวิตเราได้ผ่านกันมาโดยลำดับ
จนกระทั่งบัดนี้แล้วมันก็ผ่านไปอีกเหมือนกัน
เพราะชีวิตเรานี้ผ่านไปทุกๆ วินาที
ชีวิตคือความเปลี่ยนแปลง ความเปลี่ยนแปลงคือชีวิต
ถ้าชีวิตไม่เปลี่ยนแปลง มันก็แตกดับ
แต่ถ้ายังเปลี่ยนแปลงอยู่ก็เรียกว่ายังมีชีวิตอยู่ตลอดไป
ความมีชีวิตจึงอยู่ที่ความเปลี่ยนแปลงของชีวิต
เปลี่ยนแปลงไปตามเวลานาทีที่มันผ่านไป
ชีวิตของเราก็ผ่านไปกับเวลาเช่นเดียวกันอย่างนี้เสมอ
ความตกต่ำของชีวิตเกิดจาก การปล่อยตัวปล่อยใจไปตามสิ่งยั่วยุ
ด้วยประการต่างๆ จึงทำให้ชีวิตหมดคุณค่า



๕๑. อยู่กับความดี

เราจะอยู่กับความดี เราจะอยู่กับความงาม จะอยู่กับความก้าวหน้า
เราจะเดินตามพระ เราจะไม่เดินตามผีอีกต่อไปแล้ว
ตั้งใจไว้อย่างนี้ชีวิตของเราก็จะก้าวหน้าเป็นไปในทางที่ดี
การเตือนตนเอง การแนะนำตนเอง การคิดแก้ไขในสิ่งที่ตนควรจะแก้ไข
ชีวิตของเราก็จะก้าวหน้าไปในทางดีได้อย่างแน่นอน
ชีวิตของเราเรื่องรูปทั้งหมดก็คือการ
เกิดขึ้น...ตั้งอยู่...ดับไป...เกิดขึ้น...ตั้งอยู่...ดับไป...
เป็นวงกลมหมุนเวียนเรื่อยไปไม่จบไม่สิ้น
ถ้าหากว่ายังมีปัจจัยหล่อเลี้ยงอยู่
อันเรื่องของชีวิตแต่ละชีวิตของแต่ละคนนั้น
มันย่อมมีการสึกหรอหมดไป สิ้นไป
ถ้าหากว่าเราไม่ได้ใช้ชีวิตของเราให้เป็นประโยชน์ในทางปฏิบัติดีงาม
ชีวิตของเรานี้ก็จะแก่ไปเสียเปล่าๆ
ชีวิตของเรานั้นเมื่อเวลาผ่านไปเราก็แก่ลงไปด้วย
เราจะตายเสียเปล่าๆ ถ้าไม่ได้ใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์แก่ตน แก่ท่าน



๕๒. รุดหน้าไป อย่าถอยหลัง

ความไม่เข้าใจความจริงของชีวิตและเหตุการณ์
ทำคนให้ลำบากและยุ่งยาก
เราจึงจำเป็นที่จะต้องรู้ว่าอะไรเป็นเรื่องสมมติ อะไรเป็นเรื่องจริง
เพราะความไม่เข้าชัดในเรื่องอย่างนี้
เราจึงเกิดความหลงใหล มัวเมา ยุ่งยากด้วยประการต่างๆ
ชีวิตของเราทั้งหลายคือการต่อสู้
ในการต่อสู้เราก็ต้องเป็นคนกล้า คนกล้าย่อมชนะหมู่อมิตรได้
แต่คนขลาดย่อมพ่ายแพ้เสมอ
พระพุทธศาสนาสอนเราให้เป็นคนกล้าหาญในทางที่ชอบที่ถูก
ให้หวาดกลัวในการทำความผิด ความเสียหาย
มองเห็นความผิดความเสียหายเป็นสิ่งที่ควรเลี่ยงหลีกเสียให้ไกล
ผู้กล้าถูกทาง ย่อมมีผลดีเสมอ ผู้กล้าหาญย่อมยืนหยัดต่อนานาภัย
ได้ทุกชนิด ไม่ว่าภัยเหล่านั้นมันจะใหญ่โตขนาดไหนก็ตาม
ผู้กล้าย่อมฝ่าฟันไปได้
และผู้กล้าเท่านั้นที่มุ่งรุดหน้าไปสู่ความสำเร็จ อย่างไม่ถอยหลัง



๕๓. ทำงานเพื่องาน

งานที่เราทำนั้น เราทำเพื่อให้งานสำเร็จเรียบร้อยไปด้วยดี
เป็น “การทำงานเพื่องาน”
คนที่ทำงานเพื่องานนั้นจิตใจไม่ยุ่ง แต่ถ้าทำงานเพื่อสิ่งอื่นแล้ว
จิตใจยุ่งการคอร์รัปชั่นทั้งหลายที่เกิดขึ้นในที่ต่างๆ นั้นมาจากอะไร
ก็มาจากการขาดอุดมคติในใจที่ว่า ไม่ทำงานเพื่องานนี้เอง จึงมีเรื่องยุ่ง
อย่าไปคิดกะการว่าต้องได้เท่านั้นต้องได้เท่านี้
ต้องได้กำไรอย่างนั้น กำไรอย่างนี้ อย่าไปคิดอย่างนั้น
คิดอย่างไร?
คิดแต่เพียงว่าเรามีหน้าที่ทำงาน เราทำงานไปตามหน้าที่
เราค้าขายไปตามหน้าที่ของเรา เราดำเนินกิจการอะไรก็ทำไปตามหน้าที่
ส่วนผลอันจะเกิดขึ้นไม่ใช่เรื่องของเรา
มันไม่ใช่เรื่องที่เราจะคิดได้ เราจะคาดหวังได้
เราอย่าไปบูชาเงินเป็นพระเจ้า
สุดแล้วแต่เหตุการณ์สิ่งแวดล้อมมันจะอำนวยให้เกิดขึ้น
เงินไม่ใช่ความสุขเสมอไป แต่จะให้ความสุขต่อเมื่อเรารู้จักใช้เท่านั้นเอง



๕๔. คนปากเหม็น คนปากหอม

ปรกติคนเราไม่มีสติควบคุมตัวเองอยู่เสมอไป
ไม่มีปัญญาหาเหตุผลในเรื่องที่ตน
จะทำอยู่เสมอไป เวลาพูดอะไรออกมา
บางครั้งอาจพูดคำไม่ดีก็ได้
บางครั้งอาจพูดคำดีมีคุณค่าก็ได้
คนใดพูดคำไม่ดีบ่อยๆ เรียกว่าเป็นคน
“ปากเหม็น”
คนใดพูดดีบ่อยๆ ก็เรียกว่าเป็นคน
“ปากหอม”





๕๕. วาจานำทุกข์มาให้มากกว่ากายและใจ

"ใจ"

เป็นมูลฐานใหญ่ของการกระทำทั้งหลายทั้งปวง

แต่ว่าเรื่องของกายกับวาจา ถ้าพูดกันไปแล้ว

วาจาอาจจะนำความทุกข์มาให้แก่คนมากกว่าทางกาย

เพราะกายของเราใช้น้อยกว่าวาจา

คือ อวัยวะในร่างกายของเรา

...ปากนี้ใช้มากที่สุด...





๕๖. พึงระมัดระวังในการเปล่งวาจา

วันหนึ่งๆ ถ้าเราคำนวณดูแล้วจะพบว่า
ใช้ปากมากกว่าส่วนอื่นใดของร่างกาย
พอตื่นเช้าก็ต้องใช้ปากแล้ว
ต้องว่าคนนั้นคนนี้กันอยู่เรื่อยไป
เวลาไปทำงานทำการก็ต้องใช้ปากอยู่ตลอดเวลา
คนที่พูดมากก็เรียกว่าใช้ปากมาก
ถ้าพูดน้อยก็ใช้ปากน้อยหน่อย
ผู้ใดพูดมากก็อาจผิดพลาดมาก แต่ถ้าพูดน้อยๆก็อาจผิดพลาดน้อย
ผู้ใดสำรวมปากไว้ได้...ภัยอันจะเกิดขึ้นจากปากก็มีน้อยเป็นธรรมดา
แต่ถ้าหากว่าเราระมัดระวังปากของเราไม่ได้
พูดพล่อยๆ พูดเรื่อยๆ ไป ก็เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์เดือดร้อน
คำพูดของคนเพียงคำเดียว อาจจะเป็นเหตุให้เป็นภัย
แก่ชาติ แก่บ้านเมือง แก่ทรัพย์สินเงินทองก็ได้
เพราะฉะนั้น....จึงควรจะได้ระมัดระวังในการที่จะเปล่งวาจาออกไป



๕๗. กล่าววาจาให้เหมาะกับสถานะการณ์

คนที่ใช้วาทะเป็นแล้วก็จะเป็นประโยชน์มาก
คนจะต่อยตีกัน ไปพูดให้เขาสงบเสีย
ไม่ต้องทะเลาะกันก็ได้
วาทะของคนนี่สามารถเอาชนะเหล็กได้
ลิ้นคนชนะเหล็กได้
แต่ถ้าหากว่าพูดไม่เป็น ลิ้นก็แพ้เหล็กได้เหมือนกัน
การพูดจึงเป็นเรื่องสำคัญ





๕๘. ใจร้อน...คำพูดก็ร้อน ใจเย็น...คำพูดก็เย็น

การพูดของเราไม่ว่าในโอกาสใด
จะต้องมีใจที่สงบเยือกเย็น
ถ้าใจร้อนมันก็ไม่ได้เหมือนกัน
เพราะ ถ้าใจร้อน...คำพูดก็ต้องร้อน
ถ้าใจเย็น...คำพูดก็จะเย็น
เพราะฉะนั้นเวลาจะไปพูดอะไรในเรื่องร้อน
ต้องทำใจให้เย็นเสียก่อน





๕๙. กล่าวแต่ถ้อยคำอ่อนหวาน นิ่มนวล

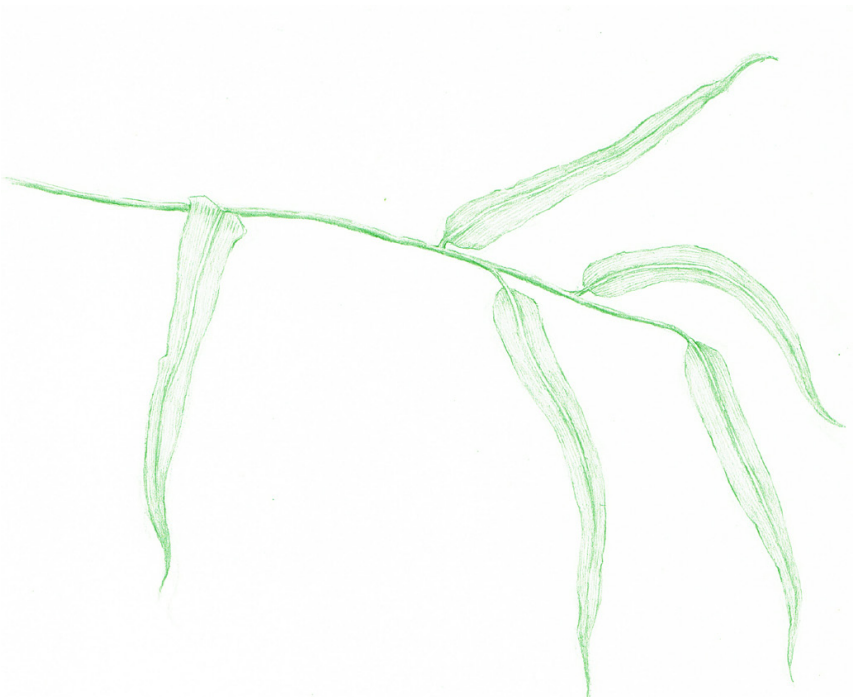
คนเราต้องทำใจให้สงบเย็นไว้
จะพูดอะไรก็สบาย ไม่วุ่นวาย ไม่เดือดร้อน
วาจาที่เปล่งออกมาก็จะกลายเป็นวาจาที่ดีงาม
เราอยู่กับคนมากๆ โดยเฉพาะกับลูกจ้างนี่สำคัญมากๆ
...ต้องระวัง...
อย่าพูดจาหยาบคายกับเขา ต้องพูดคำที่เรียกว่าอ่อนหวาน
นิ่มนวลให้เขาสบายใจ จะใช้อะไรเขาก็ใช้ไปเถอะ ไม่เป็นไร
แต่ว่าพูดให้มันอ่อนหวาน





๖๐. ความสัมพันธ์ของปากกับใจ

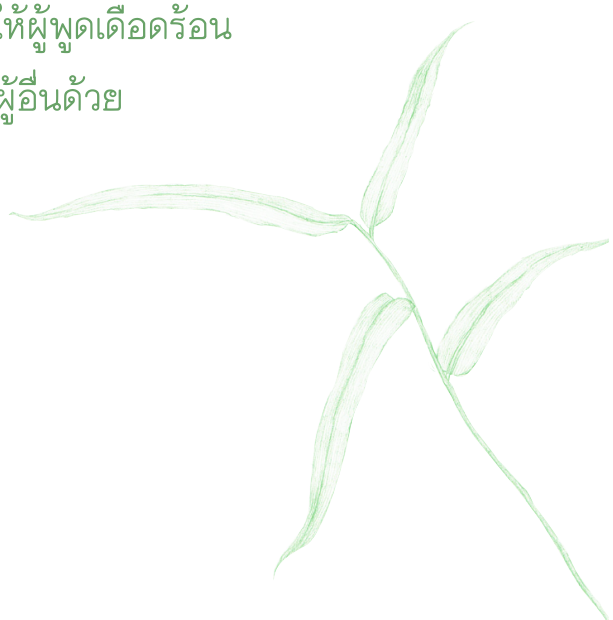
ปากเป็นทางนำอาหารเข้าไปหล่อเลี้ยงร่างกาย
และเป็นทางแสดงออกเป็นคำพูด
อันเป็นความรู้สึกของใจ
การเลือกเฟ้น มิใช่หน้าที่ของปาก แต่เป็นหน้าที่ของใจ
ปากเป็นแต่เพียงผู้ทำงานตามคำสั่งเท่านั้น
การระวังในเรื่องของปาก จึงเป็นการระวังใจนั่นเอง





๖๑. วาจาสุภาษิต

ในทางพุทธศาสนา สอนให้พูดแต่วาจาที่เป็นสุภาษิต
เพราะวาจาสุภาษิตเท่านั้น ยังประโยชน์ให้สำเร็จเป็นสัมมาวาจา...
คือวาจาชอบที่นำประโยชน์มาให้
วาจาสุภาษิตควรประกอบด้วยองค์ ๕ ประการ คือ
๑. กล่าวตามกาล
๒. กล่าวคำจริง
๓. กล่าววาจาอ่อนหวาน
๔. กล่าววาจาประกอบด้วยประโยชน์
๕. กล่าวด้วยเมตตาจิต
วาจาสุภาษิตเป็นวาจาที่ไม่ทำให้ผู้พูดเดือดร้อน
ไม่เป็นการเบียดเบียนผู้อื่นด้วย





๖๒. จงสนใจในการฟังให้มาก ๆ

จงยอมให้คนอื่นฉลาด และดีกว่าตน
แล้วตนจะเป็นคนดีขึ้น
จงยอมให้คนอื่นชนะแล้วตนจะเป็นผู้ชนะได้บ้าง
ถ้าอยากจะเอาชนะเขาก็แพ้เขาเรื่อยไป
อย่าเข้าใจผิดว่าคนนิ่งนั้นเป็นคนโง่
การพูดที่ไม่เป็นสาระ เป็นการโง่ที่ยิ่งไปกว่า





๖๓. คำเตือนที่มีค่าสำหรับทุกชีวิต

ในทางธรรมท่านจึงสอนให้ระวัง
ในการทำ การพูด การคิด ทุกชนิด
เพื่อป้องกันมิให้เกิดผลร้ายแก่ตนผู้กระทำ
คำเตือนที่ว่า
“อย่าทำด้วยความประมาท”
จึงเป็นคำเตือนที่มีค่ามากสำหรับชีวิตของผู้อยู่ในโลก





๖๔. มองหาความดีของผู้อื่น ทำให้จิตใจเราดี

มีพระพุทธภาษิตอยู่บทหนึ่งว่า
"คนเราถ้ามัวแต่เพ่งโทษของบุคคลอื่น กิเลสของผู้นั้นเจริญขึ้น"
คือ ใครที่เพ่งโทษผู้อื่น ความชั่วมันก็เจริญขึ้นในใจ
เพราะดูแต่สิ่งชั่วทั้งนั้น
เราจึงควรมองหาแต่ความดีของคนอื่น
พบใครก็ควรจะดูว่า เขาดีอย่างไร เขาก้าวหน้าเจริญอย่างไร
เพราะขณะที่เรามองหาความดีของคนอื่นนั้น จิตใจเราก็ดีขึ้น
การพูดก็เหมือนกัน ถ้าเราพูดความชั่วของผู้อื่นบ่อยๆ
เรามันก็จะชั่วลงไปเรื่อยๆ
ถ้าเราพูดถึงความดีของคนอื่นบ่อยๆ เราก็จะดีขึ้น
จึงควรหัดเหมือนกันเรื่องนี้ อย่างนี้







อมตวาจา

เรามีหน้าที่อย่างใด
เราก็ต้องลดเสรีภาพส่วนตัวลงไปบ้าง
เพื่อหน้าที่นั้น เช่น เราไปเป็นครูก็ต้องลดเรื่องอะไร
หลายๆ อย่าง ต้องอยู่ในระเบียบแบบแผน
เพื่อเป็นตัวอย่างให้แก่ศิษย์

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

ของดีงามและความสุขทั้งหลายในโลกนี้
เป็นสมบัติของคนขยัน
คนขยันเท่านั้น ไม่ต้องลำบากใจในความเป็นอยู่ของตน
เพราะการมีชีวิตอยู่ในโลก
ต้องมีงานมีเงินและมีความสุขทีหลัง
ขาดงานหรือมีงานแล้ว
แต่ไม่มีความขยันในการทำงาน
ผลที่ได้ก็ไม่สมบูรณ์
ความทุกข์ย่อมเกิดมาก

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)

ธรรมสภา



อมตวาจา

ชีวิตกับงานเป็นของคู่กัน
ชีวิตที่ปราศจากงานเป็นชีวิตที่ไร้ความหมาย
คนที่เขาอยู่อย่างไม่ต้องกลุ้มใจนั้น
ล้วนแต่เป็นคนขยันมาก่อนทั้งนั้น

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

ความสุขในโลกต้องอาศัยทรัพย์
ทรัพย์ต้องอาศัยงาน
การงานมาจากความรู้ที่ศึกษา
จงใช้มันให้ถูกแก่เหตุการณ์เถิด

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

นิสัยอันไม่ดีอีกอันหนึ่งของพวกเราคือ
เป็นคนเลือกงาน ตีราคาของตัวสูงเกินไป
จนไม่มีงานจักทำเสียเลย อย่างนี้ไม่ดี
จงนึกว่าไม่มีใครกระโดดขึ้นได้ โดยไม่มีบันได
ทุกคนต้องเขยิบขึ้นไปทีละขั้น
จนกว่าจะถึงจุดหมายปลายทาง

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

ถ้าไม่มีการปฏิบัติงาน ใครจักเห็นความรู้ของท่านเล่า
และถ้ามัวแต่เลือกงานอยู่
ก็ไม่มีโอกาสแสดงภูมิรู้ของท่าน
หนักเข้าก็กลายเป็นคนมีความรู้ท่วมหัวแต่พาตัวไม่รอด
เพราะเป็นคนเลือกงานนั่นเอง

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

งานทุกอย่างเหมือนกัน
ถ้ามันเป็นงานที่ดีสุจริต
งานต่ำก็คือ**งานสุจริต**นั่นเอง
ถ้าจะเลือกก็เลือกว่ามันดีหรือชั่ว
มากกว่าที่จะเลือกว่ามันสูงหรือต่ำ

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

งานที่สุจริตย่อมผลิตผลอันดีงามแก่ตนเสมอ
ส่วนผู้ที่ทำงานไม่สุจริต
ย่อมพบความเดือดร้อนทั้งก่อนทำ
ทำอยู่ ทำแล้ว

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

ใครทำงานมากคนนั้นก็ย่อมจะได้ผลมากหน่อย
ใครทำงานน้อยคนนั้นก็ได้ผลน้อย
คนใดไม่ทำงานเลยก็ย่อมจะไม่ได้ผลอะไร
และคนที่ไม่ทำงานเลยนั้น นับว่าเป็นคนใช้ไม่ได้
เอาเปรียบเพื่อนมนุษย์ เป็นคนเอาฝ่ายเดียวไม่รู้จักให้

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

ถ้าเราได้ทำหน้าที่ของเราให้สมบูรณ์เรียบร้อย
ก็เรียกว่าเราเป็นผู้รู้จักหน้าที่ รู้จักหน้าที่คือรู้ธรรมะ
เพราะธรรมะก็คือหน้าที่

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

ผู้ที่ได้ปฏิบัติหน้าที่อยู่
ก็ได้ชื่อว่าแก้ปัญหาของตัวเองอยู่ตลอดเวลานาที
แต่ผู้ละเลยต่อหน้าที่
ไม่ปฏิบัติหน้าที่ให้สมบูรณ์เรียบร้อย
ผู้นั้นได้ชื่อว่าสร้างปัญหาให้แก่ตนเอง

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

ปากมีไว้สำหรับรับอาหารเข้าไป
สำหรับพูดจาสนทนากัน ปากมีหน้าที่พูดคำจริง
คำอ่อนหวาน คำสมานสามัคคี คำที่มีประโยชน์
แต่ถ้าปากพูดโกหก พูดคำหยาบ
พูดคำที่ทำให้คนแตกร้าวจากกัน พูดเหลวไหล
ไม่เป็นแก่นสาร ก็เรียกว่าถูกลงโทษจนแตก
กินน้ำพริกไม่ได้ หรือบางทีฟันร่วงจากปากก็มี
นี่เป็นเพราะใช้ปากพูดเรื่องของคนอื่น
อันไม่มีประโยชน์แก่ตนเลย
แต่เพราะมีนิสัยชั่วเท่านั้น อย่างนี้ไม่ดี
เป็นการทำนอกเหนือหน้าที่ของตนไป

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

การเตือนตนเอง
การแนะนำตนเอง
การคิดแก้ไขในสิ่งที่ตนควรจะแก้ไข
ชีวิตของเราก็จะก้าวหน้าไปในทางที่ดีได้

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)



อมตวาจา

โลกเราอยู่ได้ด้วยความสงบ
ก็เพราะมนุษย์ทั้งหลายหันหน้าเข้าหากัน
มองกันด้วยน้ำใจที่ประกอบด้วยความเมตตา

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ)

